Jiddu Krishnamurti

Au Seuil du Silence

Traduit de l'anglais par Fondation Krishnamurti

Aux Éditions Courrier du Livre (1970).

Présentation de l'éditeur

Regarder, être à l'écoute, seul le silence permet d'atteindre cet état de conscience nécessaire a l'approche de la vérité qui est en nous. Prônant la mise en doute de toute parole dogmatique et rejetant le statut de gourou, Krishnamurti nous invite au dialogue avec nous-mêmes, ferment de libération individuelle et collective. Au seuil du silence rassemble les textes authentiques des Causeries données à Paris et à Saanen en 1968 ainsi que des conversations et méditations.
En lisant Krishnamurti :
« ne laissez pas les mots penser à votre place. Ayez une parole habitée. »

Biographie de l'auteur

J. Krishnamurti est né à Madanapalle (Inde) le 11 mai 1895. Il est décédé le 17 févier 1986, dans sa résidence d'Ojai (Californie). En 1912, il se rend en France où il reçoit une éducation privée. Il s'attache alors à l'écriture de plusieurs recueils de poèmes qui furent publiés en France et aux États-Unis. En 1929, il récuse le rôle messianique qu'on lui attribue et rompt tout lien avec les religions et les idéologies. Dès lors, il ne cessera de parcourir le monde pour donner en partage le fruit de son expérience et inviter les hommes à la transformation de leur conscience individuelle, seule source de mutation de la société.

Avertissement au lecteur

Ce volume contient les Causeries de Paris et de Saanen, 1968 - Huit Conversations, 1969 - Onze Méditations, 1969.
Aucune coupure n'a été faite dans les textes: chaque causerie, et chaque réponse à une question, est reproduite intégralement. En outre, les textes publies en anglais ayant été aussi peu corrigés que possible, nous avons jugé devoir maintenir dans ce volume le caractère de notes sténographiées. Le lecteur se souviendra donc que ces paroles sont dites et non écrites. Si parfois le style et même la syntaxe peuvent paraître en souffrir quelque peu, nous avons le sentiment que ces textes, malgré leurs défauts apparents ou peut-être à cause de cette adhérence à la spontanéité du langage, reflètent avec plus de fidélité le mouvement de la pensée de Krishnamurti que des traductions plus rédigées.

Paris 1968

Paris, le 16 avril 1968

1er Entretien

Il me semble que nous devrions nous poser des questions fondamentales et ne pas attendre que les réponses nous soient données par d'autres. Chacun de nous doit répondre pour lui-même à ces questions et nous ne devons pas dépendre de théoriciens si habiles, si érudits ou si expérimentés qu'ils soient. En effet, le monde est plongé dans une affreuse confusion, dans des souffrances croissantes et nous sommes responsables de cet état de choses ; chaque être humain dans le monde entier est responsable de cette effroyable confusion. Il semblerait que nous dépendions d'autrui pour trouver des explications et nous nous déclarons satisfaits des dites explications ; mais celles-ci sont invariablement et tout naturellement verbales et par conséquent sans grande portée. Toute description, toute bonne raison de l'état actuel du monde sont inutiles et vaines ; mais la plupart d'entre nous nous laissons satisfaire par des paroles, des explications intellectuelles manipulées avec art et subtilité. Il me semble que nous devrions nous placer au-delà de toutes ces explications, qu'elles émanent des Églises, des communistes ou de tout autre groupe de gens qui cherchent à s'affirmer.

Ce qui est très important, c'est de nous poser ces questions fondamentales, de reconnaître notre responsabilité totale en ce qui concerne les réponses à donner et, par le fait même de ces réponses, d'agir. Parce que tels que nous sommes actuellement, l'action est chez nous distincte de la question et de ses réponses. Mais assurément, en nous posant ces questions fondamentales, en trouvant les réponses pour et par nous-mêmes, cette découverte elle-même doit s'exprimer en action. Les questions, les réponses et l'activité sont choses simultanées et non distinctes. Dès l'instant où nous les séparons les unes des autres tout est morcelé, compartimenté, classé par catégorie ; et cet état de division donne naissance aux préjugés, aux conflits, aux opinions, aux jugements. Tout au contraire, à ce qu'il me semble, si nous pouvions véritablement interroger, cette interrogation même nous permettrait de découvrir et de comprendre à la fois la question et l'action ; ce ne sont pas des choses distinctes. Aussi durant ces causeries, j'espère que nous pourrons non seulement nous poser ces questions mais encore comprendre, non pas intellectuellement ni verbalement, mais avec notre esprit et notre cœur tout entier. Un tel processus de compréhension entraîne une action immédiate.

Une des questions fondamentales vise les rapports existant entre l'homme et la réalité. Cette réalité s'est exprimée de façons diverses: en Orient d'une façon, en Occident d'une autre. Faute de découvrir par nous-mêmes ce qu'est cette relation, sans faire appel aux théoriciens, aux théologiens et aux prêtres, nous nous avérons incapables de découvrir quel est notre rapport avec la réalité. On peut attribuer le nom de Dieu à cette réalité - mais le nom a en fait très peu d'importance - parce que le nom, le mot, le symbole n'est jamais la chose vraie et il paraît absolument stupide de se laisser prendre au piège des symboles et des mots - et pourtant c'est ainsi que nous sommes pris, chrétiens d'un côté, hindous, musulmans de l'autre et de façons diverses - et les symboles et les mots ont pris une signification exorbitante. Mais jamais le symbole ni le mot n'est la chose vraie, actuelle. Donc, en nous posant cette question sur les rapports véritables entre l'homme et la réalité, il nous faut être absolument dégagés du mot et de toutes ses associations, accompagné comme il l'est d'innombrables conditions et préjugés. Et pourtant, si nous ne découvrons pas la nature de ces relations, la vie est alors véritablement dépourvue de sens ; notre confusion, notre souffrance grandiront inévitablement et la vie deviendra de plus en plus intolérable, superficielle, vide de tout sens. Il nous faut être extraordinairement sérieux pour découvrir si une telle réalité existe ou non, et quel est son rapport avec l'homme.

Or, nous désirons découvrir en premier lieu s'il existe quelque chose d'incommensurable (au-delà des limites de toute pensée, de toute mensuration), une chose que les mots ne peuvent absolument pas atteindre et pour laquelle n'existe aucun

symbole. Est-il possible tout d'abord - et non pas d'une façon mystique, romantique ni émotive, mais véritablement - de découvrir, de rencontrer sur notre chemin cet état extraordinaire? Les Anciens et quelques êtres disséminés dans le monde l'ont peut-être rencontré en quelque sorte sans le savoir, et ils ont dit: « Il y a quelque chose. » Pendant des millions d'années des hommes sérieux et réfléchis se sont efforcés de le découvrir. Ceux qui sont indifférents, légers trouvent leur récompense en ce monde, dans leur façon de vivre, mais il y a toujours une petite minorité de gens véritablement sérieux, sincères, qui découvrent ce principe infini, incommensurable. Pour le comprendre, il faut évidemment avoir rejeté tous les dogmes, toutes les croyances, tous les obstacles traditionnels qui conditionnent l'esprit et ne sont que des fictions de la pensée. Nous sommes des êtres humains, nous souffrons, nous nous sentons seuls, troublés, plongés dans la douleur, que nous nous donnions pour communistes, socialistes, n'importe quoi - nous sommes des êtres humains. Et il semble que l'étiquette est la chose importante - française, allemande ou tout autre. Il est primordial d'être affranchi de tout ce fatras parce que la liberté est une chose qui vous est nécessaire, liberté non pas verbale mais réelle. Dans la liberté seule vous êtes capables de découvrir ce qu'est la vérité, et non pas au moyen de dogmes et de croyances.

Par conséquent, si l'on est véritablement sincère et sérieux dans ce sens que l'on est décidé à poursuivre la recherche jusqu'au bout, il faut alors qu'existe cette liberté, cet affranchissement de toutes les nationalités, de tous les dogmes, des rites, des croyances. Il semblerait que c'est là une des choses les plus difficiles à obtenir. Vous trouverez en Inde des gens qui ont beaucoup réfléchi à toutes ces choses et ils demeurent néanmoins imprégnés de la tradition hindoue. En Occident on est plongé dans les dogmes catholiques, protestants ou communistes, on semble ne pas pouvoir briser le mur. Et cependant, si l'on veut mener une vie différente, une vie qui se poursuive dans une autre dimension, il faut être libéré de tout cela non seulement consciemment, mais encore profondément jusqu'aux racines mêmes de notre être. Alors seulement on est capable de regarder, de voir véritablement. Parce que pour trouver la réalité l'esprit doit être sain, équilibré, hautement intelligent, ce qui veut dire hautement sensitif.

Ce qui est important, c'est d'avoir un esprit qui n'a jamais été torturé, contraint à se conformer à un certain modèle. Or, comme on peut l'observer à travers le monde, les religions ont toujours soutenu qu'il faut se torturer, se refuser toute chose, tout plaisir sensuel, il faut se discipliner jusqu'au point où l'esprit tout entier aura pris la forme du moule qu'il a lui-même choisi. Ceci dans le dessein de trouver la réalité ; et à la fin de tout cela l'esprit a perdu toute souplesse, toute promptitude, toute sensitivité, toute beauté dans ses mouvements. La chose nécessaire est un esprit qui ne connaît pas cette torture, un esprit très clair. Or, un tel esprit est chose impossible s'il admet aucun préjugé. Une des choses les plus difficiles, c'est d'observer, de regarder, de regarder n'importe quoi sans abriter en soi l'image de cette chose, regarder un nuage sans qu'interviennent toutes les associations d'idées préexistantes qui concernent ce nuage, voir une fleur sans l'image, les souvenirs, les associations attachées à cette fleur. Parce que ces associations, ces images et ces souvenirs créent une distance entre l'observateur et l'objet de son observation. Et c'est dans cette distance, cette division entre celui qui voit et la chose vue, c'est dans cette division qu'existent tous les conflits humains. Il faut voir indépendamment de l'image, de sorte que l'espace entre l'observateur et la chose observée ne soit tout simplement plus là. Dès l'instant où cet espace existe il y a un conflit, que nous examinerons si nous en avons le temps, ce soir même. Ainsi, l'art de voir est très important. Comme nous l'avons dit, si nous nous voyons à travers les images que nous avons construites à notre propre sujet, il y a forcément un conflit entre l'image et le fait. Et toute notre vie est sujette à ce conflit entre ce qui est et ce qui devrait être.

Maintenant, s'il vous plaît, ne vous contentez pas d'écouter ces paroles, ces phrases et ces expressions, mais observez tandis que nous avançons, non pas analytiquement, mais

observez véritablement le processus qui se poursuit dans votre esprit ; voyez comment il fonctionne et comment il se regarde lui-même. Alors, et alors seulement vous écouterez vraiment, et vous ne vous contenterez pas de faire des efforts pour traduire ce que vous entendez selon vos préjugés et votre conditionnement. Le monde est dans un état si effroyable, il y a de telles catastrophes, une si profonde souffrance, qu'il nous faut absolument vivre autrement, il faut qu'il y ait une révolution fondamentale dans notre manière de vivre. Il semblerait que l'homme a choisi la guerre, le conflit comme des choses naturelles, mais il y a une révolte dans la jeunesse contre ce point de vue. Malheureusement une telle révolution a très peu de sens si l'on n'a pas découvert par soi-même les réponses fondamentales aux questions fondamentales de l'existence.
Une de ces questions primordiales est celle-ci: qu'est-ce que cette chose que nous appelons la réalité? Pouvons-nous, vous et moi, poursuivant nos vies quotidiennes (et non pas en nous retirant dans un monastère, en nous déclarant les disciples de tel ou tel gourou, ni en fuyant vers quelque étrange académie en Inde), pouvons-nous, vous et moi, trouver cette réalité par nous-mêmes? C'est là ce qu'il nous faut faire - non pas par des prières, une vie imitative, en suivant quelqu'un, mais bien plutôt en prenant conscience de nos propres conditionnements, en les voyant directement et non théoriquement, en les voyant comme vous pourriez voir une fleur, un nuage, le voyant sans séparation. Je ne sais pas si vous avez jamais essayé de voir quelque chose, de regarder, par exemple, votre propre femme ou votre mari ; de les regarder sans qu'intervienne l'image que vous ou elle avez construite tout au long d'une association de bien des années, comportant des sujets d'irritation, des plaisirs, des colères - vous regarder l'un l'autre sans qu'existe cette image. Je ne sais pas si vous avez jamais essayé ; mais si vous l'avez fait, vous aurez découvert combien il est difficile d'être affranchi des images. C'est de ces images que nous attendons l'établissement de relations réciproques ; et non pas des relations entre les êtres humains. Vous avez une image de moi, j'ai une image de vous, et toute relation existe entre ces images avec leurs symboles, leurs associations, leurs souvenirs.
La division dont j'ai parlé existera tant qu'il y aura cette image qui engendre toute la structure du conflit. Nous devons donc apprendre l'art de regarder, quand il s'agit non seulement de nuages et de fleurs, du mouvement d'un arbre dans le vent, mais de nous regarder nous-mêmes tels que nous sommes véritablement, et sans dire: « Comme c'est laid », « Comme c'est beau » ou « N'y a-t-il rien de plus que cela? » - toutes ces affirmations verbales qui surgissent quand on se regarde soi-même. Si nous sommes capables de nous regarder nous-mêmes avec clarté, et sans l'image, nous pourrons peut-être alors connaître le vrai de nous-mêmes. Or, cette vérité n'appartient pas au domaine de la pensée, c'est une affaire de perception directe où il n'y a aucune séparation entre l'observateur et la chose observée. Et une de ces questions fondamentales, c'est le rapport de l'homme avec le principe suprême, qui est sans nom, qui est au-delà de toute parole.
Puis il y a la question fondamentale qui intéresse les rapports existant entre l'homme et son prochain. L'ensemble de ces rapports constitue la société, cette société que nous avons construite par notre envie, notre avidité, notre haine, notre brutalité, notre concurrence, notre violence. La nature de ces rapports "choisis par nous-mêmes est fondée sur une vie de lutte, de guerres, de conflits, de violence, d'agressivité, qui existent depuis des milliers d'années, qui sont devenus notre vie quotidienne, dans nos bureaux, dans nos foyers, à l'église. Dans ce conflit nous avons élaboré une moralité, mais celle-ci n'est en aucune façon réelle, cette moralité de la respectabilité est dépourvue de toute espèce de sens. Vous allez à l'église et là vous aimez votre prochain, et dans votre bureau vous le détruisez. Quand il existe des différences nationalistes fondées sur des idées, des opinions, des préjugés, une société où règnent une affreuse injustice, une inégalité totale - tout ceci nous le savons, nous en sommes terriblement conscients - conscients de la guerre qui se poursuit, de l'action des politiciens, des économistes cherchant à établir un

semblant d'ordre dans ce désordre - tout cela nous en sommes conscients. Et nous disons: « Mais que peut-on faire? » Nous nous rendons compte d'avoir choisi une façon de vivre qui conduit finalement à un champ de massacres. C'est une question que nous nous sommes probablement posée, si nous sommes le moins du monde sérieux, que nous nous sommes posée des milliers de fois, mais nous disons: « En tant qu'être humain, je ne peux rien faire du tout. Que peut-on faire face à face avec cette machine colossale? »

Quand on se pose une question telle que celle-ci: « Que puis-je faire? », il me semble que c'est une question fausse. Elle ne comporte aucune réponse. En cherchant à répondre, vous allez monter une organisation, vous joindre à quelque groupe, vous engager à une action politique, économique ou sociale ; et vous vous retrouvez dans le même vieux cercle vicieux, celui de votre propre organisation, avec ses présidents, ses secrétaires, ses avoirs, un petit groupe limité, dressé contre tous les autres. Nous sommes prisonniers de cet état de choses. « Que puis-je faire? » est une question complètement fausse - posée de cette façon-là, vous ne pouvez rien faire pour y répondre. Mais vous pouvez quelque chose si vous voyez vraiment (tout comme vous voyez le microphone ou l'orateur qui est assis sur l'estrade), si vous voyez que chacun de nous est responsable de la guerre qui se poursuit en Extrême-Orient, que ce ne sont pas les Américains, ni les Vietnamiens, ni les communistes, mais vous et moi qui sommes responsables, véritablement, désespérément responsables de tout ce qui se passe dans le monde, non seulement là-bas mais partout. Nous sommes responsables des politiciens qui nous doivent leur existence, responsables de l'armée qui est dressée à tuer, responsables de toutes nos actions, conscientes ou inconscientes.

Vous allez dire: « Nous ne désirons pas être responsables », nous avons peur de dire: « Nous sommes responsables de ce chaos, de cet immense chaos. » Mais si véritablement vous ressentez ce problème de tout votre cœur, alors vous agirez et vous vous apercevrez que vous vous trouvez absolument et définitivement en dehors de la société. Vous aurez quelques vêtements, vous circulerez en automobile et tout ce qui s'ensuit, mais pour être véritablement moraux il vous faudra vous tenir psychologiquement, intérieurement, complètement en dehors de la société, c'est-à-dire rejeter toute moralité. Si vous acceptez la moralité actuelle alors vous êtes véritablement immoraux. Il existe un état de corruption, la société dégringole à grand train. Vous avez entendu parler des émeutes en Amérique - ce qui se passe dans le Proche-Orient et, pire encore, en Extrême-Orient, et la famine immense en Inde. Chaque pays a l'impression d'avoir à résoudre des problèmes en vue de soi-même, tandis que les politiciens à travers le monde jouent avec les famines, les massacres, et cela parce que nous avons partagé le monde en nationalités, en gouvernements souverains, avec des drapeaux différents. Mais pour établir un ordre, et ceci est la préoccupation de chaque être humain, il faut qu'existe une unité humaine. Ceci veut dire un gouvernement qui ne soit pas partagé en français, allemand et toutes les autres nationalités.

Ne vous demandez-vous pas souvent pourquoi il existe des politiciens? Un gouvernement pourrait fonctionner avec des ordinateurs, qui, eux, sont impartiaux, qui ne sont pas ambitieux, plutôt que par des gens qui sont à la recherche de leur gloire personnelle ou de celle de leur pays ; nous aurions peut-être alors un gouvernement sain d'esprit! Mais voyez-vous, malheureusement, les êtres humains ne sont pas sains d'esprit, ils se complaisent à exister dans cet incommensurable chaos. Et vous et moi sommes responsables de cet état de choses. Je vous en prie, ne vous contentez pas d'être d'accord ni d'opiner du bonnet ; il vous faut agir. Agir, c'est voir, écouter. Vous savez bien, quand vous voyez un danger vous agissez sans hésitation, sans argutie, sans mettre en avant vos opinions personnelles, il surgit une action immédiate. Mais vous ne voyez pas le danger immense qui règne dans le monde qui vous entoure, dans le système éducatif, le monde des affaires, le monde religieux - vous ne voyez pas le danger de toutes ces choses. Voir ce danger, c'est agir. Quand vous voyez quelque chose

directement il n'y a alors aucun conflit, il y a un mouvement de recul immédiat à l'égard de la chose, sans réaction, sans conflit.
Regarder en face l'injustice, la souffrance, la moralité et la culture sociales au sein desquelles existent des religions organisées, rejeter toutes leurs valeurs psychologiques, c'est devenir extraordinairement moral. Parce que, en fin de compte, toute moralité est ordre ; la vertu, c'est l'ordre complet. Et celle-ci ne peut prendre naissance que si vous rejetez le désordre, celui dans lequel nous vivons, le désordre du conflit, de la peur au sein de laquelle chaque individu recherche sa sécurité personnelle. Je ne sais pas si vous vous êtes jamais penchés sur cette question de la sécurité. Voyez-vous, nous trouvons une certaine sécurité dans nos engagements ; quand vous vous engagez vis-à-vis de quelque chose cela s'accompagne d'un solide sentiment de sécurité, quand vous êtes communistes, français, anglais, ou n'importe quoi d'autre ; un tel engagement vous procure une certaine assurance. Et si vous vous êtes engagés à un certain mode d'action, cet engagement s'accompagne d'une grande sécurité, une certitude, une assurance. Mais tous ces engagements sont toujours générateurs de désordre, et c'est là ce qui se passe en ce moment. Je suis communiste et vous ne l'êtes pas - vous êtes n'importe quoi d'autre. Nous nous sommes vendus à certaines idées, à certaines théories, à certains slogans et ainsi nous divisons, vous êtes ceci et moi je suis cela. Tandis que si nous sommes intégrés, non pas engagés, mais intégrés au mouvement total de la vie, alors il n'y a pas de division ; dès cet instant nous sommes des êtres humains qui souffrent et non plus un Français qui souffre, un catholique qui souffre, mais des êtres humains qui sont coupables, anxieux, tourmentés, isolés, et mortellement las de la routine de la vie. Mais si nous sommes intégrés à la vie, nous trouverons alors un moyen de nous en sortir tous ensemble. Mais nous préférons des engagements, nous aimons nous sentir en sûreté chacun séparément, non seulement nationalistiquement, ou grâce à notre vie en communauté, mais encore individuellement. Et tous ces engagements entraînent l'isolement. Et quand l'esprit est isolé ce n'est plus un esprit sain.
Nous savons peut-être tout ceci parfaitement, parce que la plupart des gens ont beaucoup lu sur ces sujets, mais malheureusement ce qu'ils ont pu lire n'est pas une découverte faite par eux-mêmes, ce n'est pas Leur découverte, Leur compréhension. Pour ceci il nous faut nous interroger, nous regarder nous-mêmes indépendamment de tout critère, nous regarder avec la lucidité la plus impersonnelle afin de voir exactement ce qui est, et non pas ce que nous devrions être. Quand vous voyez très exactement ce que vous êtes, il n'y a plus de conflit.
Et puis, il y a la question de l'amour et de la mort. Encore une fois, ce que nous appelons l'amour a perdu son sens originel. Quand on dit: « Je vous aime », il y a en cela une abondance de plaisir, nous devons donc découvrir par nous-mêmes si 1'amour est plaisir ; ceci ne veut pas dire du tout qu'il vous faut rejeter le plaisir dans le dessein de trouver l'amour ; mais quand l'amour est comprimé par l'avidité, la jalousie, la haine, 1'envie, comme c'est le cas pour la plupart d'entre nous - est-ce de l'amour? Quand l'amour est partagé en divin et profane, amour sexuel - est-ce de l'amour? Ou l'amour n'est-il pas quelque chose que le plaisir n'a pas touché?
Il nous faut donc approfondir la question de savoir ce que c'est que le plaisir. Pourquoi toute chose est-elle fondée sur le plaisir? La recherche de ce que vous appelez Dieu est fondée sur le plaisir. Il existe un plaisir de posséder, d'avoir un certain prestige, une situation sociale, un certain pouvoir, une certaine domination. Mais sans amour, tout ce que l'on peut faire, toute l'intelligence dont on peut disposer ne nous permettra de rien résoudre. Tout ce que vous pouvez faire ne pourra que créer de plus grandes souffrances pour vous-mêmes et pour les autres.
Et puis, nous abordons cette extraordinaire question de la nature de la mort. Nous ne pourrons y apporter de réponse qu'en rejetant la peur et toute tentative de nous y dérober, d'avoir recours à une évasion quelconque, croyance ou espérance. Il existe une réponse, une réponse juste, mais pour la trouver il faut poser la question juste. Vous ne

pouvez absolument pas poser la question juste si vous vous contentez de trouver une façon de vous en sortir, si votre question est née de votre peur, de votre désespoir ou de votre solitude. Mais si vous posez la question juste en ce qui concerne la réalité, en ce qui concerne les rapports existant entre les hommes, en ce qui concerne cette chose que vous nommez amour, et aussi cette immense question de la mort, alors de la question juste surgira la réponse juste. De cette réponse juste surgira l'action juste. L'action juste est comprise dans la réponse. Et nous sommes responsables. Ne vous faites pas d'illusions en disant: « Qu'est-ce que je peux faire? », « Que puis-je faire, moi, un individu, vivant d'une petite vie triviale, avec toute ma confusion et mon ignorance, que puis-je faire? » Il n'y a d'ignorance que quand vous ne vous connaissez pas vous-mêmes. La connaissance de soi est la sagesse. Vous pouvez ignorer tous les livres du monde (espérons que c'est le cas), toutes les théories dernier cri, ce n'est pas là l'ignorance. L'ignorance, c'est de ne pas se connaître soi-même, profondément ; et vous ne pouvez pas vous connaître si vous êtes incapables de vous regarder, de vous voir tels que vous êtes vraiment, sans déformation, sans désir de changer. Dès cet instant, ce que vous verrez sera transformé parce que, la distance entre l'observateur et la chose observée ayant disparu, il n'y a plus de conflit.

Paris, le 16 avril 1968

Paris, le 18 avril 1968

2ème Entretien

Quand nous nous sommes rencontrés ici l'autre jour, nous avons dit qu'il est essentiel de trouver par nous-mêmes ce que c'est que la vérité, sans dépendre pour cela d'autrui. Nous nous laissons si facilement influencer, nos esprits sont avides d'accepter, nous redoutons la perte de notre sécurité psychologique et sommes toujours prêts à suivre et à obéir. Nous avons tendance, ayant rencontré ceux qui prétendent savoir ou connaître, à en faire des héros. Les rapports qui pourront s'établir entre l'orateur et vous-mêmes comportent un grand danger. L'orateur n'a aucune importance - il est comme n'importe quel instrument, le téléphone par exemple. Il est évident que vous n'allez pas faire un héros d'un téléphone, et de même ne vous laissez pas influencer par l'aspect extérieur de l'orateur. Nous ne cherchons donc en aucune façon à nous livrer à une propagande, à exercer une influence ni à mouler vos esprits, les poussant à penser d'une certaine façon. Mais en observant les événements mondiaux (et aussi les incidents qui se passent en nous-mêmes et poussent des racines si profondes), on peut voir, on peut observer l'immense chaos dans ce monde où la technologie a fait de tels progrès avec ses ordinateurs et tant d'autres inventions. Les êtres humains deviennent de plus en plus mécanisés, de plus en plus superficiels, bourrés des dernières nouvelles, visitant les dernières expositions, suivant les informations, les romans. Et plus nous sommes mécanisés, plus nous devenons superficiels. Mais quand nous sommes ensemble, nous nous proposons d'explorer un domaine d'où toute influence, toute propagande, toute obéissance doivent avoir disparu. Autrement dit, nous devons nous tenir debout tout seuls. Parce que, quand il s'agit de trouver la réalité, toutes les influences, les imitations, l'obéissance à un principe ou à un exemple, à un gourou ou à n'importe qui, sont absolument sans valeur. Ceci doit être vu très clairement par nous tous ; et aussi qu'il ne s'agit pas pour nous d'énoncer une loi, une méthode, un système ; plutôt, nous entreprenons ensemble un voyage et au cours de ce voyage nous pourrons rencontrer, par nous-mêmes, certains faits évidents que jusqu'à présent nous avons négligés.

Donc, la responsabilité de ce voyage entrepris de concert est aussi bien la vôtre que celle de l'orateur. Ce voyage, vous pouvez l'entreprendre avec une certaine indifférence, par pure curiosité, ou en guise de divertissement intellectuel ; ou bien vous êtes profondément sincères, sérieux, vous poursuivez ce voyage sans vous en laisser détourner. Alors vous examinerez profondément, vous ferez chaque pas dans la plus entière lucidité, sachant ce que vous faites et pourquoi vous le faites. Et, dès cet instant, vous prendrez conscience dans cet esprit clair, dépourvu de choix, voyant les faits qui vous confrontent exactement tels qu'ils sont. Ce faisant, vous pouvez découvrir ou rencontrer cette vérité qui n'a pas de nom, que l'on ne saurait mesurer, sans laquelle l'existence de l'homme n'a pas de signification. Il peut atteindre la Lune, écrire des livres extraordinairement habiles, perfectionner sa technique, établir des rapports moraux, mais tout ceci est mécanique, vain, et a très peu de signification réelle. Il est, par conséquent, primordial pour chacun de nous, si nous sommes le moins du monde sincères et sérieux, de poursuivre cette enquête essentielle ; nous verrons alors qu'il y a un certain nombre de choses non seulement que nous devons examiner, mais encore dont nous devons nous libérer. Nous devons être sérieux, non seulement parce que l'époque actuelle l'exige de nous, mais parce qu'à moins de l'être nous ne sommes pas vraiment vivants. Voyez-vous, nos esprits sont déformés, nous sommes incapables de voir aucune chose clairement, ni d'entendre directement - nous n'entendons que ce que nous voulons entendre et nous voyons les choses qui nous plaisent. Nous sommes incapables de regarder une chose directement sans théorie, sans chercher à nous évader de ce qui est.

La plupart des esprits sont pleins de préjugés ; peut-être pas quand il s'agit de différences raciales et ainsi de suite, mais nos esprits sont pleins de préjugés profonds

parce que le plaisir entraîne invariablement cette particularité dans un esprit qui recherche éternellement une satisfaction durable et des expériences qui le comblent totalement. C'est là ce que nous désirons tous - des expériences plus larges et plus profondes, parce que notre vie quotidienne est d'un ennui total, c'est une affaire de routine avec ses répétitions sans fin, son activité égocentrique - l'ego, le « moi », s'exprimant dans toutes les directions. Une telle vie est vulgaire, stupide, vide - même si vous écrivez des livres habiles, des poèmes, si vous avez une certaine facilité à vous exprimer, à ressentir, à faire des tableaux, et ainsi de suite, à l'infini, mais tout cela est assez superficiel. Et ainsi nous sommes assoiffés d'expériences vastes, profondes, durables, d'expérience de quelque chose qui soit d'une réalité complète et que n'ait souillé aucune illusion. C'est là ce que désirent la plupart d'entre nous et il est probable que la majorité de ceux qui sont ici ont la nostalgie de ce genre d'expériences.
Or, un esprit qui est à la recherche d'expériences invite forcément l'illusion, parce que la vérité, la réalité, cette chose qui ne peut pas être exprimée par des paroles, ce n'est pas une expérience et c'est là crue réside la beauté ; ce n'est pas une chose que l'on puisse reconnaître, mettre en poche, organiser - vous ne pouvez pas dire: « Elle est mienne » -, elle est beaucoup trop vaste pour qu'on puisse la saisir, la tenir dans le creux de la main. Et c'est pourtant ce que désirent la plupart d'entre nous, connaître cette félicité, cet émerveillement, cette indestructible beauté.
Pour rencontrer cette étrange réalité, il nous faut tout d'abord comprendre la nature de l'expérience elle-même et pourquoi les êtres humains la désirent. « Expérience » signifie traverser, passer par: passer par quelque chose. Et quand vous « passez par », il ne devrait y avoir aucun souvenir de ce par quoi vous êtes passés, autrement vous n'avez pas traversé l'expérience. Comprenez ceci, je vous en prie. Nous ne traversons, nous ne passons par aucune forme de pensée ni de sentiment (ce qui est expérimenté, la plénitude d'une pensée ou d'un sentiment) si nous ne la traversons pas de part en part ; elle ne doit laisser derrière elle aucune empreinte, aucune cicatrice. Autrement cette empreinte, cette cicatrice, ce souvenir orientent et donnent leur forme à l'expérience suivante. Vous pouvez très bien voir ceci en vous-mêmes, psychologiquement ce n'est pas compliqué et n'exige aucune faculté intellectuelle ni analytique exceptionnelle. Nous passons par des milliers d'expériences et chacune laisse derrière elle une trace ; et cette trace laisse un souvenir capable de reconnaître l'expérience suivante, et ainsi donne une forme à cette nouvelle expérience, la conditionne, et ainsi l'esprit est de plus en plus conditionné par le passé. Dans l'expérience ainsi comprise il y a toujours un processus de reconnaissance. Si vous ne reconnaissez pas une expérience, ce n'est pas une expérience, il vous faut la reconnaître, la nommer, la ressentir, en jouir ou ne pas en jouir ; et une telle expérience, quand elle est reconnue, est de portée très limitée. Je vous reconnais parce que je vous ai rencontré hier, et vous avez prononcé pour moi des paroles flatteuses ou insultantes ; ceci demeure dans mon esprit et le souvenir m'en est présent quand je vous rencontre la fois suivante, et ainsi la nouvelle expérience n'est qu'une réaction de la mémoire.
Mais la vérité, elle, est indépendante du temps, de la mémoire. Ce n'est pas une chose que vous puissiez inviter, dresser, tenir, pour en dire: « J'en ai eu l'expérience. » Elle est comme la beauté du soleil couchant de la veille ; vous l'avez vue, il y avait une grande joie à voir cette lumière se jouant sur les arbres, elle a laissé son empreinte, et demain vous verrez le coucher de soleil à travers cette empreinte, vous ne le verrez pas comme une chose nouvelle pleine de fraîcheur, il n'est pas une chose totalement neuve. Jamais l'expérience ne peut engendrer cette qualité de fraîcheur, d'innocence. Et pour voir ce qu'est la vérité un esprit doit être complètement innocent, neuf. Et c'est ainsi qu'un esprit qui s'exerce à la discipline, dans le dessein de trouver la réalité, d'avoir l'expérience de cette réalité, un tel esprit est émoussé et obtus ; jamais il ne pourra comprendre cette chose qui est sans nom. Et cependant il faut qu'il y ait une discipline.
Ainsi, au début de notre voyage nous découvrons par nous-mêmes que toute forme

d'expérience comporte ses limitations. Nous sommes passés par des milliers et des milliers de guerres, des millions et des millions de souffrances et nous n'en sommes pas libérés. Et l'on se demande si, psychologiquement, l'expérience peut jamais nous apprendre rien ou si, bien au contraire, elle sclérose l'esprit et l'émousse. Un esprit qui recherche la réalité au moyen de l'expérience ne la trouvera jamais. Et c'est là ce que font ces gens qui prennent des drogues, espérant ainsi dilater leur esprit et ressentir certains états: évidemment, grâce à une sensitivité accrue ils passent par un semblant d'expérience du réel, mais ce n'est pas le réel. Il est facile de voir d'une façon très simple ; on voit toujours conformément à son conditionnement. Vous prenez une drogue, et si vous êtes un artiste vous voyez des couleurs plus intenses, plus vives, plus vivantes, plus vivaces ; si vous êtes conditionnés par des dogmes religieux ayant trait à un sauveur ou à des maîtres, très évidemment quand vous prenez cette drogue vous verrez vos propres projections. Les projections de votre conditionnement alimentent votre plaisir, et superficiellement votre manière de vivre peut en être modifiée, mais il est évident qu'ainsi vous ne connaissez pas cette chose que l'homme a toujours recherchée. Ainsi nous découvrons par nous-mêmes, ou plutôt nous comprenons que la vérité n'est pas l'objet de l'expérience - et c'est là une immense découverte. La vérité ne peut être que vue, elle n'est pas objet d'expérience. Or, vous savez, c'est une des choses les plus difficiles que de voir quelque chose: de voir une feuille, un nuage, la lumière se jouant sur l'eau sans nommer, sans dire: « Comme c'est beau », sans être pris dans les préférences émotives de l'attirance et de l'aversion - simplement de voir le fait, sans qu'intervienne la pensée, c'est là une des choses les plus difficiles, et cependant des plus nécessaires.

Et maintenant, à mesure que nous avançons ensemble, nous commençons à voir ce qui est nécessaire ; cet ordre, cet ordre intérieur absolu est chose essentielle. Il existe deux sortes d'ordre ; le premier est le fait de la discipline, celle du soldat qui a été dressé pendant des mois à obéir, à se conformer, à se détruire lui-même afin d'exécuter des ordres et tout ceci, c'est l'ordre de la mort, complètement mécanique et dépourvu de sens. Mais il y a un autre ordre complètement différent, qui ne dépend d'aucun conformisme, d'aucune imitation, d'aucun modèle, qui n'est pas répétitif, se reportant aux choses que l'on a pu voir hier pour s'y conformer jusqu'à aujourd'hui. J'espère que vous ne vous contentez pas d'écouter un flot de paroles, mais que vous voyez la vérité, le fait, par vous-mêmes à mesure que nous avançons - que vous le voyez par vous-mêmes indépendamment de l'orateur et de tout ce qu'il peut dire. Parce que la liberté est chose absolument nécessaire. Et la liberté ne se trouve pas à la fin mais au premier pas du voyage. Or, la liberté ne vient pas grâce à la discipline, elle naît de l'ordre. Cet ordre (non pas l'ordre mécanique de la respectabilité, celui que la société s'efforce d'imposer à l'homme, l'ordre d'une société corrompue et pourrie), l'ordre dont nous parlons est entièrement différent et règne dans une dimension différente ; cet ordre naît de la compréhension de ce qu'est le désordre. Vous savez que le positif prend naissance quand on rejette ce qui n'est pas vrai.

La paix ne peut pas exister si nous sommes en guerre les uns avec les autres, non seulement extérieurement mais intérieurement ; si je suis agressif, violent, exigeant une plénitude personnelle à n'importe quel prix, je peux bien parler d'ordre, je peux bien parler de paix, mais je suis un être humain violent. Et quand je découvre cette violence, non seulement la violence physique, mais la violence de la parole, du geste, de la cruauté à l'égard de mes semblables, des animaux et ainsi de suite, quand je vois la violence, je la rejette, et par le rejet de ce qui est, la paix prend naissance.

Donc, avançons afin de découvrir par nous-mêmes ce que c'est que le désordre ; la structure sociale tout entière, telle qu'elle existe, est fondée sur le désordre avec des divisions de classes et autres. Quand chaque homme recherche son avantage personnel, est en concurrence, et à plat ventre devant la célébrité et la réussite - ceci fait partie du désordre extérieur et intérieur. Ceci entraîne un conflit profond dans notre structure

psychologique ; et le conflit extérieur, le conflit avec votre voisin, avec votre femme ou votre mari, ce conflit existera forcément tant qu'il y aura une activité centrée sur soi. Le conflit crée forcément le désordre ; il y a des conflits nationalistes, linguistiques, celui que nous devons aux religions, elles qui partagent les hommes entre ceux qui vivent dans la maison de la vérité et ceux qui restent en dehors, disant: « Il n'y a qu'un seul sauveur et rien d'autre », « Il vous faut passer par cette porte pour faire votre salut et par aucune autre ». Avoir le culte des nationalités, des drapeaux, tout cela est désordre. Et pour découvrir ce que c'est que l'ordre absolu (il n'existe aucun ordre absolu à l'intérieur de soi-même, ni d'ordre relatif circonstanciel, il n'existe que l'ordre total), il nous faut comprendre ce qu'est le désordre ; nous verrons alors ce qu'est ce désordre du monde avec sa concurrence, de classe, de religion, de nationalité, cette éternelle recherche du plaisir et de l'envie. Toutes ces choses engendrent le désordre et vous ne pouvez pas les écarter sans les comprendre, sans comprendre cette immense structure si compliquée du plaisir.
Ainsi l'ordre est vertu. Et l'ordre n'est pas une chose que l'on puisse cultiver ; on ne peut pas dire: « Je veux vivre dans l'ordre », « Je ferai ceci, je ne ferai pas cela » ; en agissant ainsi vous ne faites que vous discipliner, vous devenez de plus en plus rigide, mécanique ; avec un tel esprit vous êtes absolument incapable de découvrir cette beauté sans nom, sans expression. L'ordre, tout comme la vertu, ne peut pas être cultivé - si vous vous proposez de cultiver l'humilité vous n'êtes évidemment pas humble ; on peut cultiver la vanité, mais cultiver l'humilité n'est pas possible, pas plus que de cultiver l'amour - et ainsi l'ordre qui est vertu, on ne peut pas s'y exercer. Tout ce que l'on peut faire, c'est de voir ce désordre total qui existe en nous et hors de nous - de le voir! Ce désordre total peut être aperçu de façon instantanée et c'est là la seule chose qui importe - le voir instantanément d'un seul coup. Voyez-vous, vous ne pouvez pas voir le désordre avec des explications, des analyses des différentes causes de désordre. Il est là devant vous. Descendez n'importe quelle rue, observez n'importe quelle culture, n'importe quelle société dans ses activités, observez votre propre esprit, votre propre cœur, votre façon de penser, de sentir, les désirs qui vous déchirent et que vous voyez ; c'est un interminable tunnel d'opposés. Tel est le désordre. Mais vous pouvez le voir d'un seul coup d'œil - et ce n'est que dans ce coup d'œil rapide que le désordre peut être vu dans toute sa vérité -, vous ne le verrez pas si vous analysez intellectuellement ses causes. Il est assez simple de découvrir la cause de cette immense confusion extérieure et intérieure, ce désordre, cette malhonnêteté - tout esprit analytique est capable de voir les raisons d'être de cet effroyable chaos mondial. Mais une telle observation analytique, les descriptions des causes du désordre ne vont pas le déraciner. Donc, voir d'un seul coup d'œil toute la vérité du désordre, ce fait doit être vu instantanément, comme vous voyez la beauté d'un nuage quand vous le regardez en passant.
Grâce à cette perception du désordre apparaît instantanément un ordre profond. Ce n'est pas une chose à cultiver, et pour cette raison il est très important de comprendre ce que c est que de voir. Ceci est une partie de la méditation - voir. Je ne parle pas de visions telles que celles du chrétien quand son Seigneur lui apparaît (il a subi un conditionnement dans ce sens pendant deux millions d'années). Ce qu'il voit alors, c est son propre conditionnement, tout comme l'hindou qui voit son propre dieu Krishna ; de telles perceptions sont la projection d'un désir personnel et n'ont aucun rapport avec la réalité. Nous sommes tellement déséquilibrés ; et un esprit déséquilibré est incapable de voir bien des choses, même si son possesseur mène une vie des plus saintes. Je ne sais pas si vous avez jamais observé combien les saints sont des créatures bizarres! Ils se conforment à un certain modèle, autrement ce ne serait pas des saints, car il faut qu'ils soient reconnus comme étant saints ; il faut ainsi qu'ils s'accommodent du modèle établi par une Église, ou par le public, ou par les traditions - autrement on ne voit en eux que des excentriques. Mais de voir - de voir un fait tel qu'il est, sans aucune déformation due à la pensée, aux préjugés, à votre propre conditionnement, voilà qui est nécessaire,

absolument nécessaire, et c'est là le processus tout entier de la méditation.
Je ne sais pas si nous aurons le temps ce soir d'approfondir cette question de la méditation. L'esprit méditatif est l'esprit religieux entre tous. Un tel esprit n'appartient à aucune Église, à aucun dogme, à aucun groupe, à aucun modèle de pensée, il n'a aucune religion parce qu'il n'a aucune croyance, il est libre dans son regard, comme le savant observant à travers son microscope pour voir ce qui existe. Ainsi l'esprit méditatif regarde sans déformation aucune. Il se produit toujours une déformation quand il y a le désir et la recherche du plaisir. La compréhension du plaisir fait partie de la méditation. Ceci ne signifie pas qu'il faut rejeter le plaisir, comme l'ont fait les moines et les saints à travers le monde, renonçant au monde, niant le plaisir, devenant durs, laids, mais admettant différents genres de plaisir qui sont liés à l'image qu'ils se font de Dieu et de leurs saints.
Je ne sais pas si vous avez jamais regardé le plaisir, simplement regardé au moment même où vous jouissez de quelque chose, si vous l'avez regardé. Quand vous buvez avec plaisir -prendre conscience de tout le sens de ce plaisir, de la jouissance, d'éprouver un grand plaisir à l'évocation de quelque chose qui est fini, qui est mort, qui est passé, s'en souvenir, le ressusciter parce que cela vous a procuré du plaisir hier - c'est là tout le processus de la sexualité, la construction de cette image, le souvenir que vous en avez, l'excitation intense qui s'en dégage, sa satisfaction, tout cela, c'est le plaisir tel que la pensée le construit. S'il vous plaît, suivez tout ceci: ce plaisir est construit par la pensée, intensifié, maintenu par la pensée, ce souvenir d'un événement d'hier, qui est maintenant la prolongation de cette chose d'hier, une chose qui est morte. Ainsi, comprendre la nature et la structure du désir et du plaisir, c'est comprendre tout le mécanisme de la pensée, ce n'est pas rejeter le plaisir.
Pour rencontrer cette réalité, vous ne pouvez absolument pas la solliciter ; nos esprits sont trop petits ; vous ne pouvez pas tenir l'océan dans le creux de votre main. Vous pouvez avoir son image dans votre esprit mais ce n'est pas là l'océan, ce n'est pas la profondeur agitée et intensément bleue de toute cette eau. Puisque vous ne pouvez pas solliciter, inviter la réalité, puisque que vous ne pouvez absolument pas savoir ce qu'elle est, tout ce que vous pouvez faire, c'est de voir ce qui est vrai de l'erreur, du faux, du désordre, de voir la vérité de ce que sont notre vertu, le plaisir, la structure et la nature de l'expérience ; voir ces faits ; voir ces faits - c'est tout ce que nous pouvons faire et rien d'autre -, c'est-à-dire nier totalement tout ce que l'on est, parce que chacun de nous est un ramassis de souvenirs, de souvenirs, qui engendrent des espérances et du désespoir pour l'avenir, du tourment et de la culpabilité, une souffrance croissante - c'est là ce que nous sommes. Nous pouvons, si nous le voulons, inventer, grâce à tout cela, que nous sommes Dieu, que nous sommes divins, que nous sommes éternels, mais voir le fait tout nu et réel de ce que nous sommes, avec nos ambitions, notre avidité, notre recherche du plaisir, du succès et ce qui s'ensuit - voir la vérité de tout ceci, cela suffit.
Quand vous voyez la vérité, vous évitez tout danger. Mais nous sommes tellement accoutumés au danger que nous l'avons accepté. Nous avons accepté la guerre comme faisant naturellement partie de la vie, et pourtant la guerre est la chose la plus mortelle, elle nous est devenue normale, tuer quelqu'un, organiser le meurtre, le patriotisme, le nationalisme, le leader, la propagande, toutes ces dangereuses imbécilités. Il est important de voir la vérité de ce danger, la vérité de ce fait, voir ainsi notre civilisation, notre culture comme étant une chose mortellement néfaste, que chaque homme sain d'esprit doit rejeter, doit nier complètement, intérieurement, psychologiquement. Vous ne pouvez pas le nier si vous n'en voyez pas le danger, et en voir le danger, c'est en voir la vérité, non pas intellectuellement, non pas verbalement ni émotionnellement, mais le voir comme étant un fait. Alors, si vous avez de la chance, votre esprit rencontrera peut-être cette vérité ; il se produira une explosion de quelque chose qui ne peut pas s'exprimer par des paroles. Faute de le comprendre, faute d'y enraciner votre vie, une vie où votre cœur et votre esprit vivent dans une dimension différente, votre vie

ordinaire, si noble, si bonne, si bénéfique qu'elle soit, est dépourvue de sens. Il en est ainsi parce que le bien social (il faut évidemment des réformes sociales et tout ce qui s'ensuit), mais le « bien social », tous les efforts que nous faisons pour nous améliorer, nous et la société, tout cela est dépourvu de sens. Ce qui a une signification, c'est de rencontrer cette réalité et à partir d'elle de vivre dans la société, de vivre dans ce monde ; dès lors il y a amour et beauté - autrement il n'y a rien du tout.

Paris, le 18 avril 1968

Paris, le 21 avril 1968

3ème Entretien

Il me semble que lors de notre réunion ici l'autre jour, nous avons formé le projet d'approfondir la question de la méditation. Par conséquent, si vous le voulez bien, nous allons étudier ce matin ce qui est une des choses les plus importantes de la vie.

En considérant, exception faite du niveau intellectuel, le chaos complet qui règne dans l'univers, l'immense confusion, la souffrance que l'homme inflige à son prochain à travers le monde, il incombe à chacun de nous, ceux en tout cas qui sont Quelque peu sérieux, de découvrir s'il est possible de changer d'une façon radicale toute la structure humaine de notre pensée et de notre façon de vivre. Nous semblons suivre indéfiniment, siècle après siècle, le même modèle d'action, persistant à nous laisser couler dans le même moule ou confiner dans la même prison, et là nous subissons tous les tourments, les désespoirs, le sentiment de culpabilité, toutes formes de violence aussi bien que le désir de dominer et d'accaparer le plus de puissance possible. C'est ainsi que nous avons vécu, et chaque génération semble tomber dans le même piège que celle qui l'a précédée. Ce modèle a été établi depuis un million d'années ou plus. Et si l'on veut bien observer la condition du monde tout entier à l'heure actuelle, tout homme quelque peu réfléchi doit inévitablement se demander s'il est possible de briser ce conditionnement, cette façon de vivre, cette existence mécanique et si complètement superficielle, faite comme elle l'est, de solitude, de vieillesse, de désespoir et de la lutte constante pour la vie.

Pour provoquer cette révolution radicale en soi-même, il faut disposer d'une immense énergie. Le summum de l'énergie est la méditation. Ce mot est beaucoup galvaudé, et plus particulièrement en Orient ; là-bas, elle est pour eux une sorte de monopole. Il y a différentes écoles établies où des gens sont entraînés à méditer sous la direction d'instructeurs et de gourous ; il y a toute la méditation zen et ses différentes méthodes. Je ne pense pas exagérer en affirmant que tout ceci est absolument et complètement vain, stupide, et dépourvu de sens. Parce que ce qui nous intéresse, ce n'est pas d'avoir des visions merveilleuses, ni même des expériences personnelles plus ou moins triviales - et toutes les expériences personnelles sont très triviales. Nous ne nous intéressons en aucune façon à l'expansion de la conscience, à laquelle on peut atteindre très facilement par l'exercice de la volonté, en prenant des drogues ou en se livrant à certaines formes de concentration - tout ceci se passe dans la prison de la conscience, parce que toute conscience est limitation ; elle comporte toujours un centre et une circonférence par lesquels on est lié et confiné.

L'important est cette révolution essentielle, radicale et profonde de l'esprit. Et ceci, comme nous l'avons dit, exige une grande énergie. La méditation, c'est la somme de toute cette énergie libre de toute déformation. Il en faut pour changer certaines habitudes et en adopter de nouvelles. Renoncer à une chose triviale comme de fumer, se débarrasser de tout sentiment d'envie exige une certaine qualité d'énergie dynamique ; et pour mettre fin à nos divers désirs et aux appétits que la culture, la civilisation et la société ont fait naître en chacun de nous, et dont nous sommes responsables - modifier le modèle de toutes ces habitudes il en faut beaucoup. Ce qui nous intéresse, ce ne sont pas des expériences mystiques et rares - elles ne changent pas l'homme, elles ne font pas de lui un être bienveillant, prévenant et plein d'amour. Peut-être le rendent-elles un peu plus doux, un peu plus conscient d'appartenir à une société - tout cela fait partie des commodités quotidiennes de la vie, rien de plus. Mais briser ce cadre radicalement et profondément, dans les cellules mêmes du cerveau qui sont conditionnées depuis des siècles et des millénaires, donner à la vie une dimension entièrement différente, où il n'y a de place pour aucun conflit, où l'esprit est extraordinairement éveillé, sensitif, plein de la plus haute intelligence, ceci exige une énergie qui n'est pas issue de la volonté ni du désir, mais qui naît d'elle-même, sans aucun mobile. Rassembler cette énergie, lui permettre de naître, telle est la méditation. Et, si vous le voulez bien, c'est ce que nous

allons approfondir ce matin.
Nous examinons ces choses d'une façon non verbale ou intellectuelle ; autrement dit, vous ne vous contentez pas d'écouter un orateur, cette causerie n'est pas destinée à satisfaire votre curiosité ni à vous occuper l'esprit un dimanche matin quand vous n'avez rien de mieux à faire ; vous n'y trouvez pas l'occasion de vous emparer de quelque chose que vous aurez plaisir à remporter chez vous Nous sommes ici pour discuter d'un sujet très sérieux, pour approfondir ensemble un immense problème qui s'est présenté à nous depuis des millions d'années - la fin de la souffrance et le commencement d'une vie nouvelle. Puisque vous êtes responsables de chaque action, de chaque souffrance du monde (responsabilité qui n'implique aucune « culpabilité »), il nous incombe d'écouter non seulement l'orateur mais encore tout le mouvement de la vie ; il est nécessaire d'écouter les paroles vaines des politiciens, des propagandistes, des habiles dévideurs de théories, communistes, théologiens qui, ancrés dans une croyance, inventent des idées innombrables. Mais vous, vous écoutez pour découvrir ce qui est vrai. Parce que dès l'instant où vous voyez ce qui est vrai, il n'y a plus de problème. C'est comme de voir un danger clairement et à l'œil nu.
Il est donc très important de savoir comment on écoute, parce que nous allons approfondir une question très complexe qui exige du soin, de l'affection, et non pas simplement des arguties ni des accords purement intellectuels - nous ne nous livrons à aucune propagande pour aucune idée, ce serait affreux. Ce que nous faisons vraiment ensemble, c'est de dévoiler, d'exposer le processus de la pensée dans son entier, le processus de la vie, et de voir ce qui en elle est réellement vrai. Donc, il importe énormément de savoir comment vous écoutez, si vous écoutez en quelque sorte négligemment, ou encore avec un esprit qui sans cesse compare les paroles prononcées avec ce que vous avez déjà connu, ou déjà lu - un tel esprit n'écoute pas. Un esprit qui écoute accorde son attention complète. Et tout le mal commence à partir du moment où il y a inattention.
Donc nous participons ensemble, et vous ne vous contentez pas d'écouter une série de paroles, de formules ou de concepts, mais véritablement nous partageons ce problème qui s'est toujours posé à l'homme ; qu'il soit croyant ou non, il a toujours voulu savoir s'il existe une réalité qui ne soit pas le hochet du mental, une réalité au-delà du temps, indépendante de tout concept et qui n'est fondée sur aucune formule. Si nous écoutons comme nous l'avons dit, peut-être que nous pourrons l'atteindre naturellement et sans effort. Tout effort est de l'énergie perdue. Nous sommes habitués à l'effort dès l'instant où nous allons à l'école jusqu'au jour de notre mort, nous sommes sans cesse occupés à en faire, à lutter, à nous adapter, à concurrencer. Sous toutes ses formes, l'effort est un gaspillage d'énergie. Mais ce qui n'est pas gaspillage, c'est de voir directement ce qui est, sans aucune déformation, de voir notre esprit qui a peur, de le voir sans déviation, sans évasion, sans effort pour le transcender, mais véritablement de l'observer - et dès lors surgit une activité d'un ordre entièrement différent, parce que, dès cet instant, il n'y a pas d'énergie perdue et l'esprit dispose de la vigueur qu'il faut pour s'attaquer à ce problème de la peur sous quelque forme qu'il se présente.
Un esprit qui se débat dans les rets de l'effort à n'importe quel niveau de son être entraîne sa propre perte d'énergie. Après tout, toute notre activité, du point de vue psychologique, est une action égocentrique. Je vous en prie, observez la chose en vous-mêmes, voyez par vous-mêmes tout le dessein, toute la carte de votre vie ; elle est centrée sur le soi, sur ses activités si vastes qu'elles puissent être ; et, avec tous ses efforts pour s'accomplir, devenir, se changer, acquérir du pouvoir, une situation sociale, du prestige, être quelqu'un dans un monde stupide, ce centre attire toujours tout à soi. Cette activité est essentiellement de l'énergie perdue. Voyez-vous, dans une telle activité, il y a exercice de la volonté. Celle-ci est une forme intensifiée d'un désir aigu, une poussée vigoureuse issue d'une certaine réaction, d'une certaine soif de plaisir. Toute action de la volonté est séparative, et où il y a séparation il y a forcément conflit. Partout

où il y a dualité sous quelque forme que ce soit, il y a forcément une déperdition de force où le conflit, la souffrance, les plaisirs et la douleur sont impliqués. Tous nos mouvements, tous les moindres frémissements de notre vie psychologique, nos appétits et nos exigences mentales, tout cela tourne autour de ce « moi », (ce « je », cet « ego ». Toute cette activité, si l'on veut bien y regarder de près, est une perte d'énergie parce qu'elle conduit à l'isolement. Peut-être êtes-vous mariés, entourés d'une famille, un père, une mère, un mari et une femme qui vivent leur propre vie, qui ont leur existence séparée - ils se rencontrent peut-être au lit, mais leurs vies sont séparées. Lui est à son bureau, ambitieux, s'efforçant d'atteindre une certaine situation, un certain prestige et tout ce qui s'ensuit ; et elle aussi nourrit ses propres ambitions, sa propre envie ; et entre eux tout rapport réel devient impossible par l'effet de cette activité égocentrique.
Tout ceci, vous pouvez le voir très clairement si vous êtes quelque peu conscient de comment vous vivez. Vous allez votre chemin, vous isolant psychologiquement, prenant conscience de votre solitude, de votre vide, de votre sentiment d'éloigne-ment, d'isolement, et de tout ceci naît la souffrance. Puis se met en branle le processus qui consiste à se débarrasser de la souffrance, à s'identifier à quelque chose de plus vaste - et c'est un nouveau visage du processus d'isolement. Toutes les cultures du monde entier sont fondées sur ce cercle - l'isolement, puis l'identification et alors, dans l'impossibilité où l'on se trouve de s'identifier à quelque chose de plus vaste, l'invention de quelque chose d'autre. Ce processus se poursuit sans arrêt, et c'est de l'énergie perdue ; ce processus implique le plaisir et le conflit qui engendrent la souffrance. Tout ceci, on le sait plus ou moins si on y a quelque peu réfléchi, si on en a un peu conscience. Si on est intellectuellement doué on inventera une philosophie, une nouvelle formule, un nouveau concept, et l'on s'efforce de vivre selon ce concept ; mais là encore, s'efforcer de vivre conformément à un principe, à un modèle, à une formule engendre de nouveaux conflits. Et ainsi nous sommes sempiternellement pris dans ce cercle de conflits, de plaisir, de souffrance, de tristesse, et toute la douleur et le labeur de l'homme. Tel est notre destin!
Et vous apercevez, si vous observez véritablement, ou si vous êtes quelque peu lucide, qu'il doit exister un état différent, une manière différente de vivre. À l'occasion vous en avez une intuition, une suggestion, et cette suggestion, ce signe deviennent un souvenir et vous vous y cramponnez ; alors vous voudriez bien qu'elle se répète, qu'elle ait une continuité, une durée, et ainsi s'installe en vous la lutte entre ce qui fut et ce qui est.
Ainsi, en prenant conscience de ce problème si étonnamment compliqué, au niveau à la fois du conscient et de l'inconscient, on se rend compte - ou bien encore on se demande ce qu'on pourrait bien faire, s'il y a quelque chose à faire ou si l'on est inexorablement lié à la souffrance, au temps et à la confusion, pour l'éternité. Je ne sais pas trop pourquoi nous partageons la conscience en extérieure et intérieure, la conscience de surface et celle qui se poursuit sous le niveau conscient. Pourquoi tant d'histoires autour de l'inconscient? Je sais que c'est à la mode d'en parler, beaucoup de livres ont été écrits à ce sujet, et tous les psychanalystes en profitent! Pourquoi accorder à l'inconscient cette immense importance? L'inconscient est aussi trivial, sot, laid, aussi brutal que le conscient. L'« inconscient », c'est la chose que vous n'avez pas examinée, que vous ne savez pas comment examiner, c'est le résidu du passé, de la tradition, de la culture, de l'héritage racial, de la famille et ainsi de suite. Il est évidemment très limité, très mesquin. Il est certainement possible de le balayer, de le mettre complètement de côté. Mais vous ne pouvez pas le balayer en vous contentant de dire: « Je vais le balayer » ; ce ne peut être fait que par un seul coup d'œil, et ce coup d'œil doit être très rapide, ne comportant aucune analyse, il doit vous permettre de voir globalement d'une façon immédiate. Et le caractère immédiat de cette perception, c'est le summum d'énergie qui est indispensable si vous vous proposez d'anéantir tout ce complexe d'une seule foulée.
Donc tout ceci, on peut le voir: la souffrance, le tourment, l'agressivité, la violence, la beauté passagère de l'amour, le sentiment fugace de quelque chose d'autre que la

routine quotidienne et monotone de notre existence. Il y a aussi cette soif de saisir ce quelque chose de différent, ce quelque chose que l'homme a toujours recherché, qu'il a demandé, et qui a été exploité par les Églises du monde entier, par la religion, par ces gens roublards qui viennent vous dire: « Voici la porte par laquelle il vous faut passer, il n'y a qu'un seul Sauveur et nous sommes ses représentants », ou « Il n'y a qu'une seule organisation, c'est nous qui connaissons la vérité et personne d'autre ». Puis il y en a d'autres encore qui disent: « Venez à cet ashram, à ce centre, ce camp de concentration! Nous allons vous faire subir un dressage et vous trouverez ce que vous cherchez. » La soif de l'homme, sa soif de trouver ce quelque chose de différent a toujours été exploitée. Tous ces gens à des degrés différents enseignent la maîtrise de la pensée. Voyez-vous, si vous voulez voir quelque chose très clairement (une fleur, un nuage, un oiseau en plein vol, ou la ligne claire d'une belle montagne), il vous faut regarder avec des yeux clairs, avec un regard innocent dépourvu de toute souillure, ce qui signifie qu'il vous faut y accorder toute votre attention.

La concentration est une déperdition d'énergie. Il est probable que ce que nous disons ici est en contradiction complète avec tout ce que vous avez entendu ou appris - et j'espère bien que c'est une contradiction - parce que tandis que nous allons avancer dans cette question de la concentration, vous verrez comme il est facile, terriblement facile, de laisser perdre toute votre énergie. Après tout, la concentration est un processus d'exclusion - je veux me concentrer sur une image, un livre, n'importe quoi, et puis mon esprit s'échappe et je le ramène, le forçant à se concentrer ; cette lutte où l'on s'efforce de se concentrer sur une chose alors que l'esprit s'intéresse à une autre est un gaspillage d'énergie, un processus d'exclusion. Donc, nous pouvons complètement nous refuser à employer la concentration.

Mais il vous faut une attention, chose entièrement différente de la concentration. Je ne sais pas si vous avez jamais donné toute votre attention à quelque chose. Vous êtes peut-être allés dans un musée pour contempler un tableau ou une statue. Dans ce cas est-ce qu'on fait vraiment attention ou bien n'est-on pas toujours à comparer, à juger, à soupeser? L'attention ne vient que quand vous donnez tout votre esprit, tout votre cœur, vos nerfs, vos yeux et vos oreilles à un objet, et cela complètement, quand vous écoutez ainsi la vérité, ou encore un mensonge. Dès l'instant où vous accordez votre attention complète, il n'y a plus de problème. Ce n'est que quand il y a inattention, qu'il y a un flottement dans l'attention, que prennent naissance les problèmes. Et celle-ci n'a absolument rien de commun avec la volonté et la concentration. Un esprit inattentif est rempli de pensées. Acceptez-vous ce qui vient d'être dit, ou bien le niez-vous? Ce que nous venons de dire est ceci: un esprit est inattentif, son attention est déficiente dès l'instant où la pensée entre en action. Nous avons dit que la pensée est inattention. Je ne sais pas si vous avez jamais accordé votre attention complète ; quand vous 1 accordez, complète et de tout votre être, il n'y a plus de pensée du tout. C'est quand nous ne sommes pas dans cet état d attention complète que la pensée se met en branle. Et celle-ci est une perte d'énergie, parce qu'elle est une réaction de la mémoire, des expériences passées, du connu, choses qui sont nécessaires dans le champ technique, mais absolument mutiles, un complet gaspillage, au niveau psychologique.

Donc, jamais la pensée n'est nouvelle, jamais libre ; elle est toujours vieille parce qu'elle est un résultat du passé sous forme d'expérience, de savoir, de mémoire. Un ordinateur, un cerveau électronique sont incapables de produire quoi que ce soit de neuf, ils ne font que répéter, que donner des réponses selon ce qui leur a été fourni, selon les informations reçues ; ils peuvent apprendre après un certain nombre d'expériences, par exemple pour jouer aux échecs, ils peuvent apprendre les différents coups, et puisque ces coups ont été appris par avance, cela appartient au passé. Il en est de même avec nous, nos cerveaux ont été conditionnés depuis des siècles et des siècles à vivre selon certains modèles de pensée, selon un certain cheminement, et pour ces raisons la pensée est toujours vieille, et par conséquent ne peut jamais être source d'énergie. Elle peut

exister, procurer du plaisir, et le plaisir, la recherche du plaisir suscitent une certaine énergie, et celle-ci se perd à cause de la souffrance.

Donc la pensée, malgré tout ce qu'elle peut faire pour arriver à l'attention complète, n'y parvient jamais, parce que l'attention, elle, est toujours neuve. On ne peut pas s'y exercer, ni l'apprendre petit à petit. Un esprit qui a été dressé, entraîné, conditionné, qui vit d'une vie de souffrance et de tourment gaspille sa propre énergie. Donc, tout ce qu'il peut faire est de prendre conscience de son état, de son humeur, de sa peur, de ses besoins, de ses pulsions - simplement de les voir sans aucun désir de les modifier. Dès l'instant où vous vous dites: « Il faut que je change », vous faites intervenir un conflit, et vous êtes pris dans tout le processus du conflit. Mais si vous voyez véritablement la chose en question, la peur, la solitude, la souffrance intense par laquelle on peut passer et qui comporte tant d'apitoiement sur soi - purement et simplement en prendre conscience, sans aucun choix -, si vous êtes lucide et conscient de cette façon-là, vous vous apercevrez que vous disposez d'une énergie entièrement différente, absolument libérée du passé, et par conséquent capable d'aborder ce problème immédiatement et d'y mettre fin instantanément, sans le projeter dans l'avenir.

Donc, comme nous l'avons dit, la méditation, c'est l'énergie portée à son plus haut point. Et il vous faut en disposer, complètement, si vous voulez provoquer une révolution radicale en vous-mêmes. Après tout, seul un esprit jeune est capable de révolte, lui seul peut susciter une révolution en lui-même, et non pas un esprit vieilli, qui a vécu soixante ou soixante-dix ans confiné dans ses propres limites, qui a souffert, qui a inventé une quantité d'évasions - un tel esprit est un esprit perdu. Un tel esprit ne peut jamais trouver un moyen de s'en sortir ; en général il finit sa course dans la mort, la souffrance, la confusion, la maladie et la vieillesse. Comme nous l'avons dit, seul un esprit jeune comporte cette qualité d'énergie qui n'a subi aucune contamination. Seul un tel esprit est innocent. Il peut vivre un millier d'expériences mais chaque expérience est traversée, digérée, elle n'est pas reportée au lendemain, elle ne laisse aucune cicatrice.

En examinant cette façon de méditer, il faut aussi saisir toute la structure de la pensée. Qu'est-ce que la pensée, quelle est sa valeur, sa signification? A-t-elle un sens quelconque sauf quand il s'agit de technique? Je sais que la pensée a pris pour nous une importance considérable ; la pensée, le mental, le cerveau ont un poids immense. Vous allez dire: « Mais si je ne pense plus, qu'est-ce que je vais faire, qu'est-ce que je vais devenir? » Il est impossible d'arrêter la pensée par la volonté, mais vous pouvez en comprendre la nature et la structure et comment elle prend naissance. Faute de l'avoir comprise vous ne serez jamais affranchis de la peur. Faute de comprendre sa nature il n'y a pas de fin à la souffrance.

Puis, si vous voulez examiner la pensée, il vous faut aussi approfondir la nature du plaisir, de nos jugements, de notre moralité, de toute notre façon de vivre qui est fondée sur le plaisir. Même la recherche de la vérité, de Dieu, de tout ce que vous voudrez l'appeler, est fondée sur le plaisir - désir d'être en sécurité, désir d'atteindre à la certitude - d'où nous tirons une immense satisfaction. Et en voyant cette question du plaisir, il faut se demander si l'amour est plaisir. L'amour est-il né du plaisir, de la pensée? Hier vous êtes passés par une expérience qui vous a procuré une profonde délectation, et cette délectation, ce plaisir a laissé derrière lui une cicatrice, et la pensée construit autour de ce plaisir le maintient, le nourrit, le vitalise, lui procure une continuité, et alors vous exigez de voir ce plaisir se répéter - c'est ce qui se passe dans votre vie sexuelle. Et ce que la pensée et le plaisir exigent, c'est ce que nous appelons habituellement l'amour. Un tel amour entraîne souffrance, jalousie, anxiété, peur, solitude, esseulement. Alors, l'amour est-il plaisir? Plutôt n'est-il pas vrai que quand vous aimez, le plaisir ne joue aucun rôle? Quand vous voyez quelque chose de très beau, un nuage le soir éclairé par le soleil couchant, c'est une joie profonde que de le regarder - si vous y accordez votre attention complète, et ceci vous ne pouvez le faire qu'en ne disant pas: « Comme c'est beau », en ne vous demandant pas comment l'exprimer en

paroles ou en peinture, et ainsi de suite, alors vous pouvez le regarder non verbalement et avec attention. Donc, l'amour est-il un mot, un symbole, une image qui vous procure un grand plaisir? Du fait qu'il vous a donné ce plaisir, si celui-ci vous était refusé cela ferait naître en vous la peur. La pensée crée le plaisir, lui donne sa continuité, tout comme la pensée donne sa continuité à la peur. Vous pouvez voir tout cela en vous-mêmes, vous n'avez pas à lire des livres, tout est là et vous pouvez le regarder très simplement et très directement.

Donc, la pensée est vue comme étant le commencement de la souffrance et nous voulons découvrir par nous-mêmes comment elle prend naissance. On se demande: « La pensée qui appartient au temps peut-elle prendre fin? » Parce que le temps et la pensée sont des gaspillages d'énergie, ils conduisent à l'inattention. Et alors se pose la question: « La pensée peut-elle être complètement immobile, complètement calme? » - non pas réduite au calme ni à l'immobilité, par elle-même ou par la volonté ou la concentration - ceci n'est pas du tout l'immobilité, c'est pure stagnation. Seul un esprit immobile, silencieux est capable de voir ; si vous désirez voir un arbre, une fleur, le visage de votre femme ou de votre mari ou de votre ami (quoi que ce soit que vous ayez envie de voir), il vous faut regarder sans pensée, et le regarder d'une façon globale avec un esprit immobile, sans association ; alors vous verrez - mais vous ne pouvez voir que d'un esprit complètement tranquille. Tout ceci vous le savez ; alors nous disons: « Comment puis-je conserver cette immobilité tout le temps? » Et surgit alors un nouveau problème - le « comment », qui se propose de chercher une façon de maintenir l'esprit dans cette tranquillité. Puis vous inventez un système, des méthodes, des gourous, vous faites des exercices et tout ce qui s'ensuit.

Ce qui est important, ce n'est pas comment maintenir l'esprit dans le calme - ceci vient naturellement, aisément, sans effort dès l'instant où vous comprenez, et si vous savez comment regarder la structure et la nature tout entière du mental, non pas intellectuellement, mais regarder véritablement le mécanisme de la pensée. Regarder ainsi comporte sa propre discipline. C'est là sa beauté. Vous savez, l'amour et la beauté vont ensemble ; ni l'amour ni la beauté ne sont un produit de la pensée et du plaisir. Un esprit qui recherche le plaisir ne sait pas ce que c'est que d'aimer, et sans amour il n'y a pas de méditation, il n'y a pas de compréhension de la vérité.

Paris, le 21 avril 1968

Paris, le 25 avril 1968

4ème Entretien

Je me demande souvent pourquoi nous assistons à des réunions, allant écouter quelqu'un d'autre, pourquoi nous désirons discuter ensemble de certains sujets et même pourquoi nous avons des problèmes. Les êtres humains à travers le monde semblent avoir tant de problèmes, des problèmes si multiples. Nous allons à des réunions comme celles-ci dans l'espoir de tomber sur quelque idée, quelque formule, quelque manière de vivre qui, peut-être, pourraient nous aider à surmonter toutes nos difficultés, le problème complexe de la vie. Cependant, bien que l'homme ait vécu pendant des millions d'années, il lutte encore, il est toujours à tâtonner, espérant découvrir quelque chose: le bonheur, la réalité, ou un esprit sans trouble, capable de vivre dans ce monde avec franchise, bonheur, santé. Et pourtant, chose étrange, nous ne paraissons pas pouvoir découvrir ces réalités qui pourraient nous satisfaire d'une façon totale et durable. Nous voici réunis pour la quatrième fois, et je me demande pourquoi nous nous réunissons, pourquoi nous parlons ensemble. Il y a eu tant de propagande, tant de personnes qui nous ont dit comment vivre, quoi faire, quoi penser ; elles ont inventé tant de théories, ce que devrait faire l'État, ce que devrait être la société ; et les théologiens à travers le monde proclament certains dogmes, certaines croyances immuables autour desquels ils construisent des mythes et des théories fantastiques. Et ainsi nous sommes moulés, nos esprits sont conditionnés par la propagande et peu à peu nous perdons toute espèce de sentiment.

Pour nous le mental a une importance énorme, la pensée est chose essentielle - elle qui peut agir logiquement, avec intelligence et équilibre. Mais je me demande si elle a aucun rôle à jouer dans le domaine des relations humaines. Parce que c'est de cela que nous allons parler ce soir. Nous avons dit qu'il nous fallait poser des questions fondamentales et essentielles. Les trois dernières fois où nous nous sommes rencontrés ici, nous avons abordé cette immense question à laquelle l'homme a cherché une réponse: quel est le rapport existant entre l'homme pris dans ce tourbillon, voué à cette souffrance sans fin (coupée de bonheurs passagers et précaires), quel est le rapport entre l'homme et cette immense réalité, si ce rapport existe? C'est ce que nous allons approfondir.

Peut-être pourrons-nous examiner ce soir (non pas intellectuellement, mais en y mettant notre cœur, notre esprit, tout notre être), nous pourrons peut-être parvenir à donner une attention complète à cette question des rapports de l'homme avec son prochain, et non pas seulement avec son prochain mais encore avec la nature, l'univers, avec chaque être vivant. Comme nous l'avons vu, la société et nous-mêmes sommes en train de nous rendre de plus en plus mécaniques, superficiels, durs, indifférents - il y a des massacres en Extrême-Orient, et nous sommes comparativement calmes. Nous sommes parvenus à une grande prospérité, mais cette prospérité même nous détruit parce que nous devenons indifférents et paresseux ; nous devenons mécaniques, superficiels et nous perdons ces relations étroites qui nous lient à l'ensemble des hommes, à l'ensemble des choses vivantes. Il me semble très important de nous poser cette question: quels peuvent être ces rapports s'ils existent, et dans ces rapports quel est le rôle joué par l'amour, la pensée et le plaisir?

Comme nous l'avons dit, nous allons examiner cette question non pas intellectuellement, parce que ceci voudrait dire: fragmentairement. Nous avons fragmenté la vie, créant les compartiments d'intellect, d'émotion, nous avons morcelé toute notre existence: le spécialiste actif dans le champ de la science, l'artiste, le prêtre et les laïcs tels que vous et moi! Nous sommes divisés en nationalités, classes, divisions qui deviennent de plus en plus larges et profondes. Examinons donc cette question des rapports, elle est véritablement d'une importante capitale, parce que vivre, c'est être en rapport ; et en nous posant cette question nous nous demanderons ce que cela signifie que de vivre. Quelle est notre vie, qui exige des rapports profonds avec autrui, que ce

soit avec la femme, le mari, les enfants, la famille, la communauté ou tout autre unité? Nous proposant d'examiner cette question, nous ne pouvons absolument pas le faire fragment par fragment, parce que si nous nous emparons d'une section, d'une partie de l'existence totale, cherchant à résoudre ce problème, il n'y a aucun moyen de s'en sortir. Mais nous pourrons peut-être le comprendre et vivre différemment si nous pouvons l'aborder d'une façon globale et non Pas morcelée (ne pas observer l'individu et la communauté, l'individu se dressant contre la communauté, l'individu et la société, 1 individu et la religion et ainsi de suite ; toutes ces choses sont des fragmentations, les parties d'un tout brisé). Toujours nous cherchons à résoudre nos problèmes en éclaircissant un petit fragment de cette affaire qu'est l'existence. Donc, ne pourrions-nous pas tout au moins ce soir (et j'espère pendant le reste de notre vie) considérer la vie non pas par fragments - du point de vue catholique, protestant, athée et du zen, ou en suivant un certain gourou, un maître, toutes choses qui sont absurdes et puériles. Il y a devant nous un problème immense qui est de comprendre l'existence, de sentir comment vivre. Et, comme nous l'avons dit, la vie est faite de rapports, et si nous ne sommes pas en relation avec les choses de la vie nous ne vivons pas. La plupart d'entre nous, n'ayant aucun rapport avec rien ni personne dans le sens le plus profond de ce mot, cherchons à nous identifier à quelque chose - à la nation, à un système particulier, une philosophie, un dogme ou une croyance. Voilà ce qui se passe dans le monde entier, l'identification avec quelque chose - avec sa famille ou avec soi-même. (Je ne sais pas ce que c'est que de « s'identifier à soi-même ».)

Cette existence fragmentaire, séparative conduit inévitablement à différentes manifestations de violence. Par conséquent, si nous pouvions donner toute notre attention à cette question des relations, nous pourrions peut-être résoudre les inégalités, les injustices, l'immoralité sociale, enfin cette chose effrayante, la « respectabilité », que l'homme a cultivée ; être respectable, c'est être moral selon un principe qui est lui-même essentiellement immoral.

Donc, existe-t-il des rapports réels? Être en rapport implique que l'on est en contact, un contact profond, fondamental, avec la nature, avec un autre être humain - être relié, non pas par le sang, ni comme faisant partie d'une même famille, ni comme le sont le mari et la femme, toutes ces choses sont à peine des rapports. Pour découvrir la nature de cette question, il nous faut en examiner une autre: il s'agit du mécanisme grâce auquel nous construisons des images pour les assembler, créant ainsi une idée, un symbole avec lesquels vit l'humanité. La plupart d'entre nous avons une image de nous-mêmes - ce que nous nous figurons être ou devoir être, une image de nous-mêmes et une image des autres ; et ces images sont en relation les unes avec les autres. Vous avez une image de l'orateur, mais comme l'orateur ne vous connaît pas, lui n'a pas d'image. Mais quand vous connaissez quelqu'un de façon très intime vous avez déjà construit une image. L'intimité même implique cette image que vous avez de cette personne - la femme a une image de son mari et le mari, de sa femme. Puis il y a l'image de la société et l'image que l'on peut avoir de Dieu, de la vérité, de n'importe quoi.

Comment cette image prend-elle naissance? Et si elle existe, comme c'est le cas chez à peu près tout le monde, comment peut-il s'établir des relations réelles? Des relations, des rapports impliquent d'être en contact profondément avec l'autre. Grâce à de tels rapports il peut s'établir une coopération, un travail accompli ensemble, une collaboration. Mais dès qu'existe une image - j'ai une image de vous et vous, une image de moi -quels rapports peuvent exister, sauf les rapports d'une idée, d'un symbole, d'un certain souvenir, qui deviennent l'image? Ces images ont-elles des rapports entre elles, peut-être est-ce là ce que sont les rapports? Peut-il exister un amour dans le sens réel de ce mot (et non pas selon ce qu'en disent les prêtres, les théologiens, les communistes ni celui-ci ou celui-là), mais véritablement la qualité même de ce sentiment d'amour, cela peut-il exister quand les relations sont une affaire conceptuelle, Imaginative et non pas réelle? Il ne peut exister de rapports vrais entre les êtres humains que quand nous

acceptons ce qui est et non pas ce qui devrait être. Nous vivons toujours dans un monde de formules, de concepts, qui sont des images créées par la pensée. La pensée, le mental peuvent-ils établir des rapports justes? Le mental, le cerveau, avec tous ses instruments d'auto-protection qui ont été créés à travers des milliers d'années, un tel cerveau, qui est l'ensemble des réactions de la mémoire et de la pensée, peut-il établir des rapports justes entre les êtres humains? Dans ces rapports quel est le rôle de l'image, de la pensée? Y a-t-il un rôle pour eux?

Je me demande si vous vous posez ces questions quand vous regardez ces marronniers avec leurs fleurs qui se dressent contre le ciel bleu comme de blanches bougies. Quel rapport existe-t-il entre vous et cela, quel est le rapport qui existe véritablement (et non pas émotivement ni sentimentalement), quel est votre rapport avec de telles choses? Et si vous avez perdu tout contact avec ces choses de la nature, comment pouvez-vous être en rapport avec d'autres hommes? Plus nous vivons dans des villes, moins nous avons de contact avec la nature. Vous sortez vous promener le dimanche, vous regardez les arbres et vous dites: « Comme c'est beau », puis vous retournez à votre vie routinière, vivant dans une série de tiroirs, auxquels on donne le nom de maisons, d'appartements. Vous perdez tout contact avec la nature. Ceci est évident du fait que vous allez dans les musées et vous passez toute une matinée à regarder des tableaux, des abstractions de ce qui est ; des tableaux, des statues et des concerts, tout cela a pris une immense importance et jamais vous ne regardez l'arbre, l'oiseau, la merveilleuse lumière se jouant sur un nuage.

Et maintenant, quelle est la nature de nos rapports? Sommes-nous en rapport avec les autres? Ou bien sommes-nous tellement renfermés, tellement protégés par nous-mêmes que tous nos contacts sont devenus superficiels, sensuels, simplement satisfaisants? Parce que, après tout, si nous voulons nous examiner très profondément et dans le plus grand calme (et non pas conformément à Freud, à Jung ni à quelque autre expert, mais nous regarder véritablement tels que nous sommes), peut-être verrons-nous comment nous nous isolons tous les jours, comment nous dressons autour de nous-mêmes un mur de résistance et de peur. Nous « regarder » nous-mêmes est plus important et beaucoup plus fondamental que de nous observer selon tel spécialiste. Si vous vous regardez conformément à Jung ou à Freud ou Bouddha, ou à n'importe qui, vous regardez par les yeux d'un autre. Et c'est ce que vous faites tout le temps ; nous n'avons pas d'yeux qui soient véritablement les nôtres, nous permettant de voir, et par conséquent nous perdons toute la beauté du « regard ».

Donc, quand vous vous observez vous-mêmes directement, ne vous apercevez-vous pas que vos activités quotidiennes (vos pensées, vos ambitions, vos exigences, votre agressivité, votre désir constant d'être aimé et d'aimer, la peur qui vous ronge, le tourment d'être isolé), est-ce que tout cela ne contribue pas à une séparativité extraordinaire et à un isolement fondamental? Et quand existe cet isolement si profond, comment pouvez-vous être en rapport avec quelqu'un d'autre, ce quelqu'un d'autre qui lui aussi est en train de s'isoler, par son ambition, son avidité, son avarice, son besoin de dominer, de posséder, d'être puissant et tout ce qui s'ensuit? Donc, il y a ces deux entités, appelées des êtres humains, vivant dans leurs isolements respectifs ; ils engendrent des enfants et ainsi de suite, mais tout ceci dans l'isolement. Et la coopération qui pourrait exister entre ces deux entités isolées devient mécanique ; il faut bien qu'existe une certaine coopération si l'on doit vivre, avoir une famille, aller à son bureau, à son usine et y travailler, mais ces deux êtres demeurent toujours des isolés, avec leurs croyances, leurs dogmes, leurs nationalités... vous connaissez tous ces écrans que l'homme a dressés autour de lui-même pour se séparer des autres. Donc, cet isolement est essentiellement un empêchement à toute relation. Et dans ces prétendus rapports d'isolement, c'est le plaisir qui conduit le bal.

Vous pouvez voir facilement comment dans ce monde, le plaisir devient de plus en plus exigeant, prépondérant, parce que tous les plaisirs, si vous voulez les observer avec soin

et de près, sont un processus d'isolement ; examinons cette question du plaisir telle qu'elle influe sur les rapports humains. Le plaisir est un produit de la pensée - n'est-ce pas? Il y a eu plaisir dans cette expérience par laquelle vous êtes passés hier, la beauté, la perception sensorielle, ou l'excitation sexuelle et sensorielle ; vous y pensez, vous construisez une image de ce plaisir tel que vous l'avez connu hier. La pensée l'entretient, la nourrit, cette chose qui vous a procuré du plaisir hier. Et c'est ainsi que la pensée exige la prolongation de ce plaisir aujourd'hui. Plus vous vous attardez à cette expérience qui fut la vôtre, qui vous procura de telles délices sur l'instant, plus la pensée lui donne une continuité, une continuité de plaisir et de désir. Or, quelle est l'incidence de tout ceci sur cette question fondamentale de l'existence humaine, en ce qui concerne nos rapports les uns avec les autres? Si nos relations sont le résultat du plaisir sexuel, ou d'un plaisir familial, ou de propriété, ou de domination, ou de maîtrise, ou de la crainte d'être sans protection, n'ayant aucune sécurité intérieure et par conséquent toujours à la recherche de satisfaction - quel est alors le rôle joué par le plaisir dans tous nos rapports? Le plaisir exigé détruit tous nos contacts réels, que ce soit une satisfaction sexuelle ou tout autre. Si nous voulons y regarder clairement et de plus près, toutes nos prétendues valeurs morales sont fondées sur le plaisir, bien que nous désirions le dissimuler en parlant de notre moralité vertueuse et de notre société respectable.

Donc, quand nous nous demandons, quand nous nous contemplons nous-mêmes, profondément, nous voyons cette activité d'auto-isolement, le « moi », le « je », l'« ego », construisant autour de soi-même une résistance, et cette résistance même est le « moi » . Tel est l'isolement. C'est là ce qui crée le morcellement, l'aspect fragmentaire du penseur et de la pensée. Quel est le rôle du plaisir, qui est le résultat d'une mémoire maintenue et nourrie par la pensée (la pensée qui est toujours vétusté, qui n'est jamais libre), quel est le rôle joué par cette pensée dont toute l'existence est centrée sur le plaisir, quel est son rôle dans les rapports humains? Je vous en prie, posez-vous cette question à vous-mêmes, ne vous contentez pas d'écouter l'orateur - demain il sera parti et vous aurez à vivre votre propre vie ; l'orateur par conséquent n'a aucune importance. Ce qui est important, c'est de se poser ces questions à soi-même, et pour vous poser de telles questions vous devez être sérieux, vous devez être complètement engagés dans cette recherche, parce que ce n'est que quand vous êtes sérieux, graves, que vous vivez vraiment, ce n'est que quand vous êtes profondément et fondamentalement sincères et sérieux que la vie s'ouvre devant vous, qu'elle prend son sens et sa beauté. Il vous faut vous poser cette question: si ce n'est pas un fait que vous vivez dans une image, dans une formule, dans un fragment qui vous isole. N'est-ce pas grâce à cet isolement que la peur, avec son escorte de souffrances et de plaisirs (le résultat de la pensée), a pris conscience de cet isolement? Cette image cherche alors à s'identifier avec quelque chose de permanent, Dieu, la vérité, la nation, le drapeau, et tout ce qui s'ensuit.

Donc, si la pensée est vieille (elle est toujours vieille et par conséquent elle n'est jamais libre), comment la pensée peut-elle comprendre quelque chose à nos rapports? Nos rapports sont toujours une affaire du présent, le présent vivant (et non pas le présent mort de la mémoire, des souvenirs, du plaisir et de la souffrance), les rapports sont une question d'activités immédiates, de maintenant ; être en rapport signifie exactement cela. Quand vous regardez quelqu'un avec des yeux qui sont pleins d'affection, d'amour, il s'établit un rapport immédiat. Quand vous êtes capables de regarder un nuage avec des yeux qui le voient pour la première fois, il y a alors un rapport profond. Mais dès qu'intervient la pensée, ce rapport vise l'image. Et alors on se demande: qu'est-ce que l'amour? L'amour est-il plaisir? L'amour est-il désir? L'amour est-il le souvenir de bien des choses qui ont été construites, recueillies, des choses concernant votre femme, votre mari, votre voisin, la société, la communauté, votre Dieu - peut-on donner à toutes ces choses le nom d'amour?

Si l'amour est le produit de la pensée, comme c'est le cas pour la plupart des gens, cet amour est alors confiné, pris dans le réseau de la jalousie, de l'envie, du désir de

dominer: posséder et être possédé, ce désir d'être aimé et d'aimer. Dans tout cela, peut-il y avoir l'amour de l'un ou du plus grand nombre? En aimant une personne, est-ce que je détruis l'amour d'une autre? Et comme pour la plupart d'entre nous l'amour est plaisir, société, confort, le sentiment d'être protégé dans sa famille, existe-t-il véritablement de l'amour? Un homme qui est lié à sa famille peut-il aimer son prochain? Vous pouvez bien parler de l'amour de façon théorique, aller à l'église et aimer Dieu (qu'est-ce que cela veut dire?) et le lendemain dans vos affaires vous détruirez votre prochain - parce que vous êtes en concurrence avec lui, vous convoitez ses biens, sa situation, vous voulez améliorer la vôtre et vous vous comparez à lui. Et ainsi, toutes ces choses se passant en vous du matin jusqu'au soir, et même dans vos rêves quand vous dormez, pouvez-vous être en relation avec lui? Ou bien vos rapports sont-ils quelque chose d'entièrement différent?

Des rapports vrais ne peuvent exister que quand il y a un abandon total du soi, du « moi ». Quand le « moi » n'existe peu, alors vous êtes en rapport ; alors il n'y a aucune séparation. Il est bien probable que l'on n'a pas ressenti cela, cette abnégation totale et non intellectuelle mais réelle, cet arrêt total du « moi ». C'est peut-être là ce que recherchent la plupart d'entre nous, sexuellement ou par identification avec quelque chose de plus vaste. Mais cela encore, ce processus d'identification avec quelque chose de plus grand est un produit de la pensée ; et la pensée est vieille (comme le « moi », le « je », l'« ego », tout cela appartient au passé), c'est toujours vieux. La question surgit alors: comment est-il possible de lâcher prise complètement sur ce processus d'isolement, ce processus centré sur le « moi »? Comment faire? Vous comprenez la question? Comment puis-je (moi, dont chaque activité de la vie quotidienne est faite de peur, d'anxiété, de désespoir, de douleur, de confusion et d'espérance), comment ce « moi » qui s'isole des autres en s'identifiant à Dieu, à ce conditionnement, à sa société, à ses activités sociales et morales, à l'État et ainsi de suite - comment ce « moi » peut-il mourir, disparaître afin de permettre des rapports réels entre les êtres humains? Parce que s'il n'y a pas de rapports réels, nous allons vivre en guerre les uns avec les autres. Il n'y aura peut-être pas mort d'homme parce que cela devient dangereux, sauf dans des pays lointains. Mais comment pouvons-nous vivre de sorte qu'il n'y ait pas de séparation, que nous puissions coopérer véritablement?

Il y a tant à faire dans ce monde, détruire la misère, vivre heureux, vivre dans la félicité au lieu du tourment et de la peur, construire une société d'un genre entièrement différent, une moralité qui soit au-dessus de toute moralité. Mais ceci ne peut être accompli que quand la moralité de la société actuelle est complètement rejetée. Il y a tant à faire et cela ne peut pas être fait tant que ce processus constant d'isolement se poursuit. Nous parlons du « moi » et du « mien », et de « l'autre » -l'autre est de l'autre côté du mur, le moi et le mien sont de ce côté-ci. Alors comment cette essence de résistance, qui est le moi, comment peut-elle lâcher prise complètement? Parce que c'est là véritablement la question la plus fondamentale dans tous nos rapports. Nous avons vu que les contacts entre les images n'en sont pas véritablement. Quand ce genre de rapports existe il y a forcément conflit, inévitablement nous nous sautons à la gorge les uns des autres.

Si vous vous posez cette question, vous direz: « Faut-il que je vive dans un vide, dans un état de vacuité? » Je me demande si vous avez jamais su ce que c'est que d'avoir l'esprit complètement vide. Vous avez toujours vécu dans un espace engendré par le « moi » (un espace très restreint). Cet espace que le « je », ce processus d'auto-isolement, a créé entre un être humain et un autre, c'est le seul espace que nous connaissions - celui qui s'étend entre soi-même, le centre et la circonférence - la frontière construite par la pensée. C'est dans cet espace que nous vivons, et dans cet espace il y a toujours division. Vous vous dites: « Si je me laisse aller, si je renonce, si j'abandonne ce "moi", je vivrai dans le vide. » Mais avez-vous jamais lâché prise sur le « moi », l'avez-vous fait vraiment, au point qu'il n'existe plus de « moi » du tout? Avez-vous jamais vécu dans ce

monde, êtes-vous jamais allés à votre bureau dans cet esprit-là, vécu ainsi avec votre femme ou votre mari? Si vous avez vécu ainsi, vous saurez qu'il existe un état de rapports humains où le « moi » n'existe pas, qui n'est pas une utopie, une chose dont on peut rêver, ou une expérience mystique, absurde, mais quelque chose que l'on peut véritablement faire, vivre dans une dimension où il y a des contacts avec tous les êtres humains. Mais ceci ne peut exister que quand nous comprenons ce que c'est que l'amour. Et pour être, pour exister dans cet état, il faut comprendre le plaisir issu de la pensée et tout son mécanisme. Alors tout ce mécanisme compliqué que l'on a construit pour soi-même, par soi-même, et autour de soi-même peut être vu d'un seul coup d'œil. Il ne s'agit pas de passer par un processus analytique point par point. Toute analyse est fragmentaire et par conséquent ne comporte aucune solution.

Ce problème immense de l'existence existe avec toutes ses peurs, ses anxiétés, ses expériences, ses joies, son bonheur passager, mais ce n'est pas l'analyse qui pourra le résoudre. Ce qui peut le résoudre c'est de le saisir d'une seule foulée, rapidement, comme un tout. Voyez-vous, vous ne comprenez quelque chose que quand vous le regardez (non pas d'un regard entraîné, prolongé, le regard sophistiqué de l'artiste, du savant ou de l'homme qui s'est exercé à savoir comment regarder), mais vous voyez si vous regardez avec une attention complète, et vous voyez toute la chose d'un unique coup d'œil. Vous apercevrez alors que vous en êtes sortis. Vous êtes hors du temps ; le temps a pris fin et par conséquent la souffrance cesse d'exister. Un homme plongé dans la souffrance ou la peur n'est en rapport avec rien. Et comment un homme qui est à la poursuite de la puissance peut-il avoir des rapports réels? Il peut avoir une famille, dormir avec sa femme, en tout cela il n'y a pas de contacts. Un homme qui est en concurrence avec un autre est sans rapport aucun. Toute notre structure sociale, avec son absence de moralité, est fondée sur ceci. Être essentiellement et fondamentalement en rapport avec autrui ou le monde extérieur signifie la fin de ce « moi » qui engendre la souffrance et la séparation.

Paris, le 25 avril 1968

Paris, le 28 avril 1968

5ème Entretien

Ceci étant notre dernière causerie nous aurons à étudier ce matin plusieurs choses à la fois et, même si nous n'entrons pas beaucoup dans les détails, nous aurons à parler de sujets qui méritent d'être traités avec sérieux. Les paroles sont chose nécessaire pour communiquer, on les utilise par force ; mais il peut n'exister qu'une communication sur le plan verbal où il peut y avoir une communion, chose entièrement différente d'une simple absorption de paroles. Être en communion implique, n'est-il pas vrai, se rencontrer au même niveau, au même instant avec la même intensité ; autrement nous ne communions pas. Verbalement nous pouvons comprendre, entendre une série de mots, chercher à les traduire en fonction de notre propre fond, comparant, jugeant, pesant. Mais la communion est une chose entièrement différente ; elle surgit quand le cœur et l'esprit à la fois se rencontrent, quand on aborde l'autre personne avec la même qualité d'intensité, de plénitude et d'urgence - il y a alors une communion qui dépasse les paroles. Mais la plupart d'entre nous sommes les instruments du mental au point que nous nous cramponnons aux paroles qui ont pris une importance si prépondérante ; et pourtant la parole, le symbole n'est jamais la réalité. Si nous voulons communier ensemble ce matin il nous faut, à ce qu'il me semble, non pas nous rencontrer au niveau verbal et intellectuel, mais plutôt examiner ensemble des problèmes qu'il est très important de comprendre et de transcender.

Donc, le sujet de notre conversation exige une grande pénétration non point verbale, mais réelle, parce que la parole n'est jamais la réalité, la chose elle-même. Quand nous prononçons le mot « porte », le mot n'est pas véritablement la porte, il nous faut la toucher pour en sentir la substance, le grain et jamais le mot ne peut nous transmettre ces choses. Un mot tel que « souffrance » n'est pas ce tourment, cette douleur, cette anxiété et la peur qu'évoque le mot. Aller au-delà de la douleur, y mettre fin est un de nos problèmes principaux, peut-être le plus essentiel ; car un esprit qui souffre vit à jamais dans la nuit ; il est incapable de voir très clairement, il vit toujours dans la confusion. Comprendre, et par la compréhension mettre fin à la souffrance, exige une grande attention ; il ne faut jamais oublier un instant que le mot n'est jamais la chose, avec sa douleur, son désespoir, son absence d'amour, son sentiment de solitude et son pernicieux apitoiement sur soi. Mais est-il possible pour un être humain, plongé dans notre monde chaotique (où chaque individu travaille pour lui-même avec une sorte de folie), est-il possible pour un être humain d'être complètement libéré de la souffrance?

Je me demande si l'on s'est jamais posé cette question ; ou bien si notre attitude est de nous résigner à la souffrance, de la supporter, de s'y habituer. Quand nous nous habituons à quelque chose (la beauté, la laideur, la splendeur d'un nuage traversant le ciel, les fleurs), quand on s'habitue à la beauté ou à la laideur, l'esprit s'émousse. La plupart d'entre nous se sont trouvés dans l'impossibilité de résoudre cette question de la souffrance et dès lors, ou bien nous nous prosternons devant elle sous une forme symbolique dans une église, comme le font les chrétiens, ou bien en Asie on donne des explications, des explications interminables quant à la cause de la souffrance. Mais expliquer sa cause ne pourra jamais la dissiper. Or, si l'on veut se débarrasser de la souffrance à tous les niveaux, et c'est de cela qu'il s'agit, s'en débarrasser absolument à tous les niveaux de notre conscience (ne plus jamais connaître la douleur, l'anxiété, la solitude, l'apitoiement sur soi, car la souffrance, c'est tout cela), si c'est là ce que nous désirons faire, il nous faut comprendre la nature de la structure de la pensée et du temps. Donc, si nous le pouvons, c'est ce problème que nous allons examiner ensemble ce matin.

Pour examiner nous devons tous participer à cette entreprise. Il vous faut y consacrer toute l'intensité, l'attitude objective, directe, immédiate qu'exige un tel examen. Donc, vous n'êtes pas seulement en train d'entendre énoncer une formule, une série d'idées,

non, nous explorons ensemble ce matin cette question de la souffrance qui hante l'humanité depuis tout temps. Pour conduire à bien une telle investigation, il faut qu'il y ait liberté. Or, la plupart d'entre nous répugnons, consciemment ou inconsciemment, à une liberté véritable. La plupart d'entre nous ne désirons pas être libres. Nous désirons bien une certaine liberté dans certains domaines qui sont douloureux, qui nous font souffrir, nous voulons nous débarrasser de ces éléments pénibles, de ces conflits et de cette anxiété. Mais la liberté n'est pas une chose relative ; on est libre ou on ne l'est pas. On n'est pas libre de quelque chose - si on est libre de quelque chose, cela comporte un élément de résistance. Si je désire être affranchi, libéré de l'envie, il me faut y résister, la nier, la contrôler, exercer sur elle ma volonté, toutes ces choses sont des formes de résistance ; et la résistance n'est jamais la liberté. La liberté ne paraît que quand on est capable de regarder une chose de façon complète, intellectuellement, d'un esprit entier du point de vue du mental et de l'émotion, et sans aucune déformation. Une telle liberté est nécessaire pour toute observation ; c'est une liberté où il n'y a même pas le besoin de résoudre le problème, parce que le problème de la souffrance ne peut être résolu que quand on est capable de le contempler d'une façon totale, complète, de tout son esprit, de son intelligence et de son cœur, et sans aucun apitoiement sur soi.
La liberté fait partie intégrante d'une telle investigation parce que l'on se rend compte que, sans liberté, il n'y a pas d'ordre, il n'y a pas de clarté possible. Or, pour découvrir ce que c'est que la liberté (non pas théoriquement, ni philosophiquement, mais découvrir véritablement avec vos yeux, avec votre esprit, afin de la sentir), il faut approfondir la question de la peur. La souffrance peut être comprise, elle peut prendre fin dès qu'existe la liberté, mais tant qu'existe la peur il n'y a pas de liberté possible. L'homme peut-il (lui qui vit dans ce monde, soumis aux exigences sociales compliquées et aux pressions économiques, subissant d'irrésistibles tensions, des menaces de guerre, d'insécurité, l'incessante propagande des Églises, des politiciens et des prêtres à travers notre monde, avec sa pression et ses influences), l'homme peut-il être libéré de la peur extérieurement, intérieurement et physiquement? Faute de voir le règne de la peur prendre fin, il nous faut vivre dans la nuit, dans le conflit. Je ne crois pas que nous saisissions l'importance qu'il y a à être véritablement libéré de la peur. Celle-ci nous livre à la névrose, nous pousse à nous évader de notre vie quotidienne, de notre vie réelle ; elle nous pousse à nous réfugier dans les églises, à élaborer différentes formes d'évasions, à rechercher les dieux, les philosophies, les théories. Elle engendre les dogmes, les croyances, la superstition - toutes ces formes de névroses qui existent en chacun de nous, parce que nous avons peur. Nous avons peur de perdre notre situation, de manquer d'argent, de ne pas être aimés, de ne pas nous réaliser, de ne pas réussir extérieurement ni intérieurement, nous avons peur d'être seuls, de sentir le vide de nos vies et la stérilité complète de notre pensée. « La pensée est fille d'une femme stérile. » Et puis nous avons peur de la mort, de la vie et de l'amour. Nous est-il donc possible de nous poser cette question, de nous la poser avec la même urgence, la même insistance, la même acuité que celles qui accompagnent la faim et la souffrance? Autrement la réponse ne viendra pas. Mais avec l'intensité qui accompagne notre besoin de découvrir, nous aboutirons forcément à un état d'esprit où il n'existe plus de peur.
Nous allons donc examiner s'il est possible pour un esprit qui a toujours recherché la sécurité, à la fois physique et psychologique, qui s'est nourri de certitudes (ayant toujours la soif de se sentir certain, assuré en tout ce qu'il fait, dans ses rapports, dans son travail, dans les mouvements de sa pensée, d'être toujours certain, assuré, exact), s'il est possible pour un tel esprit qui n'a pas trouvé la sécurité, et qui a peur de ne pas la trouver, lui est-il possible de parvenir à une sécurité quelconque? Intérieurement, psychologiquement, est-ce que cela existe, cette certitude dans notre savoir, nos croyances, nos expériences, nos possessions? Tout comme vous possédez une maison, vous voudriez posséder votre femme, votre mari, des relations quelconques. Mais la sécurité existe-t-elle dans cet ordre de choses? Existe-t-il aucune permanence dans la

vie? Ou bien la vie n'est-elle pas un mouvement total où ne se trouve aucune permanence du tout, aucune sécurité? Je vous en prie, posez-vous cette question, non pas intellectuellement, parce que l'intellectualité ne fournit jamais aucune réponse ; mais découvrez par vous-mêmes. Autrement dit, observez-vous vous-mêmes, voyez l'état dans lequel vous vous trouvez, l'accroissement de la peur à n'importe quel sujet - la peur de la mort, la peur de la vieillesse. Existe-t-il dans la vie aucune chose qui soit psychologiquement certaine, autrement dit permanente? Vos rapports avec votre femme, votre mari, avec n'importe quoi sont-ils permanents? Ou bien n'est-ce pas la pensée qui veut attribuer la permanence à une chose essentiellement impermanente?

La pensée recherche toujours la durabilité dans tous les rapports. Dans sa recherche de sécurité elle poursuit sans cesse le plaisir, mais dans le plaisir il y a toujours un élément de souffrance et par conséquent de peur. S'il vous plaît, observez ceci en vous-mêmes et vous verrez comme c'est simple, comment la pensée prend naissance et comment elle engendre la peur. Et ainsi nous n'abordons jamais la peur de face. Savons-nous véritablement ce qu'elle est? Ou bien ne la connaissons-nous qu'en reconnaissant en nous-mêmes une chose que nous avons appelée peur, mais qui s'est passée hier? Autrement dit, est-ce que je la connais véritablement à l'instant même où elle est là, ou bien est-ce que je ne sais d'elle que ce que je connais quand elle est passée? Pour le moment nous parlons des peurs psychologiques. Or, pour comprendre la nature de la peur, il faut aussi examiner la structure de la pensée, parce que c'est la pensée qui crée la peur. La pensée dit: « Je ne sais pas ce que c'est que la mort. Je vais la repousser le plus loin possible et jusqu'à la dernière minute. Rien ne me force à la regarder en face, ni à la comprendre. » Mettez-la de côté, évadez-vous, fabriquez différentes croyances, des dogmes, des théories réconfortantes, tout plutôt que de la regarder en face et d'entrer en contact direct avec elle. C'est ainsi que la peur crée une division entre les vivants et cette chose que l'on appelle la mort. Vous vivez à l'instant même - c'est là « le connu » - et la chose « inconnue », c'est la mort.

La pensée engendre le temps, l'intervalle qui sépare aujourd'hui de demain. Demain étant l'incertain, la vieillesse et la mort. Il faut apprendre à connaître en tâtonnant cette notion de temps psychologique. Nous connaissons le temps chronologique, celui que mesure la montre, hier, aujourd'hui et demain, ce sont évidemment des faits ; mais le temps psychologique, celui qu'a instauré la pensée à travers la mémoire, sous son aspect « ce qui est et ce qui fut », « ce qui est et ce qui devrait être », cette notion demande à être approfondie. Psychologiquement j'ai peur. Est-il possible de me débarrasser de cette peur graduellement, en laissant passer le temps, en nourrissant en moi-même le courage, une résistance? Est-il possible de renoncer à une habitude au moyen du temps, en construisant graduellement une résistance contre telle habitude particulière? Tout ces choses sont impliquées dans cette notion du temps, le temps étant un élément de la pensée ; c'est ainsi que nous avons peur, non pas de ce qui est réellement, mais de ce qui pourait être, ou de ce qui a été.

Donc, c'est en réalité un immense problème que de comprendre la souffrance ; il n'existe pas seulement la souffrance individuelle, humaine, mais encore la souffrance collective de l'humanité. Il y a celle qui est issue de l'ignorance, non pas l'ignorance technique, mais l'ignorance de soi-même ; en tout cela il y a une immense souffrance. Prenez par exemple ce fait auquel nous sommes habitués, cette tradition qui est nôtre des changements accomplis grâce au passage du temps. Nous disons que nous sommes envieux et pour nous débarrasser complètement de cette envie, il nous faut du temps, autrement dit nous nous proposons d'y résister graduellement, chaque jour, de l'user petit à petit jusqu'au moment où l'esprit ne sera plus un instrument de mesure. Mais sommes-nous capables de nous débarrasser de n'importe quoi grâce au temps? Peut-on s'affranchir d'une habitude particulière avec le temps? C'est la façon antique d'aborder ce problème. Psychologiquement nous disons: « Je ne peux pas me débarrasser de cette chose immédiatement, mais je vais m'y exercer, je vais faire ceci et encore cela, je vais y

appliquer ma volonté. » Tout ceci implique le temps, et la liberté ne vient jamais grâce à lui.

La liberté est une explosion qui ne se produit que quand le temps, envisagé comme un changement graduel, prend fin. Autrement dit, quand vous voyez réellement, et non pas théoriquement, que ce processus de changement graduel est entièrement et complètement faux, alors la perception même de ce qui est faux est la perception de ce qui est vrai, est-ce qu'il n'en est pas ainsi? Quand on voit ce qui est faux, l'action même de voir est l'action de la vérité. Autrement dit, quand on observe ce qu'a fait le nationalisme à travers le monde, quand on en voit le danger, sa nature complètement illusoire, sa brutalité -quand en vérité on le voit - non seulement on en est complètement libre, mais on peut dire que cette liberté est le résultat d'avoir vu ce qui est vrai (du faux) ; mais si vous vous dites: « Je vais me débarrasser peu à peu du nationalisme, je vais devenir internationaliste, européen, je vais évoluer graduellement pour accepter les gens dans un esprit plus large », avec cette notion du graduel vous semez les semences de la guerre, de la séparativité. C'est comme ces gens qui parlent éternellement de la non-violence, mais véritablement dans leur cœur, dans leur manière de vivre, ils sont violents, n'en déplaise à leurs disciplines et leurs résistances.

L'idéaliste est l'être le plus dangereux du monde parce qu'il se refuse à voir le fait et à transcender ce fait immédiatement. L'idéaliste dit: « Il faudrait que règne la non-violence, et je vais m'exercer à la non-violence par une discipline, par une maîtrise de moi, par un relus graduel de tout ce qu'entraîne la violence », autrement dit, il oppose au fait réel de la violence ce qu'il espère voir exister dans l'avenir. Et entre-temps il répand les semences de la violence, et il est par conséquent un homme dangereux entre tous. Ce qui est important, c'est de voir le fait et non pas l'idéal que l'on a dressé pour s'y opposer. Par conséquent, si l'on veut voir la violence en soi-même - la colère, la brutalité, l'affirmation de soi, le désir de s'accomplir, la concurrence, la sempiternelle envie, qui sont des formes de violence -, si l'on est capable de voir cela tel que cela est, sans déformation aucune, sans aucun idéal, alors on en est libre totalement. Tant que n'existe pas l'anonymat il y a violence ; l'esprit qui est anonyme est dans un état de non-violence totale. Or, le monde tel qu'il est aujourd'hui est plein de violence. Est-il possible d'être libre de la peur qui engendre toutes les formes de la violence, d'être complètement affranchi de cette peur?

Je me demande pourquoi on se pose cette question. Est-ce qu'on se la pose à la suggestion de quelqu'un d'autre? Ou bien parce que c'est une question naturelle qui exige une réponse immédiate, comme quand on a faim - la faim n'est pas un événement intellectuel, une chose observée, c'est un fait quotidien auquel il faut donner une réponse. Peut-on soulever cette question de la peur de la même façon? Et si l'on envisage la peur et la souffrance, il faut aussi approfondir le problème de la mort et de la vieillesse. La mort peut survenir à cause de la maladie, d'un accident, ou de la vieillesse et de la décrépitude. L'organisme physique va prendre fin, c'est un fait évident. Et puis il y a aussi ce fait physique de l'organisme qui dépérit, qui devient vieux, malade, mourant. Et à mesure que l'on vieillit, ce problème de la vieillesse et de sa laideur, ce problème s'émousse, on devient plus insensitif. La vieillesse devient un problème quand on ne sait pas comment vivre - on n'a peut-être jamais vécu - on a vécu dans la lutte, la souffrance, le conflit qui s'expriment sans cesse dans nos visages, nos corps et nos attitudes.

L'organisme physique devant prendre fin, la mort est certainement inévitable. Peut-être que des savants découvriront quelques pilules qui pourront ajouter cinquante ou cent années à notre continuité, mais à la fin de tout ce progrès il y aura toujours la mort. Le problème de la vieillesse, de la perte de la mémoire, de la sérénité, de son utilité et ainsi de suite. Et puis il y a la mort, une chose inévitable, inconnue, pénible, redoutable et comme nous en avons peur, nous n'en parlons jamais, ou bien si, nous en parlons, nous avons là-dessus des théories, des formules réconfortantes, en Orient la « réincarnation »

et en Occident la « résurrection ». Ou bien encore nous acceptons peut-être la mort intellectuellement, disant qu'elle est inévitable et que, « comme tout doit mourir, moi aussi ». Une rationalisation, une croyance réconfortante, une évasion, tout cela sont une seule et même chose.
Mais qu'est-ce que la mort? La fin de l'entité physique mise à part, qu'est-ce que la mort? On peut en même temps se demander: qu'est-ce que vivre? On ne peut pas séparer ces deux questions. Si vous dites: « Véritablement je veux savoir ce que c'est que la mort », jamais vous ne trouverez la réponse si vous ne savez pas ce que c'est que de vivre. Qu'est-ce que notre vie? Du moment de notre naissance jusqu'au jour de notre mort, c'est une lutte sans fin, un champ de bataille, non seulement en nous-mêmes, mais à l'égard de nos voisins, de notre femme, de nos enfants, de notre mari, avec tout - c'est une lutte faite de souffrances, de craintes, d'anxiétés, de culpabilités, de solitude et de désespoir. Et de ce désespoir même surgissent toutes les inventions de l'esprit: les dieux, les sauveurs, les saints, l'adoration des héros, les rituels et la guerre - la guerre vraie, les hommes qui s'entre-tuent. Telle est notre vie. C'est là ce que nous appelons vivre (il peut s'y trouver un instant de bonheur, un éclair passager de lumière dans nos yeux, mais telle est notre vie). Et nous nous cramponnons à cette vie parce que nous disons: « Au moins c'est là quelque chose que je connais, et c'est mieux que rien. »
Ainsi, nous avons peur de vivre, peur de mourir, de la fin de la vie. Quand inévitablement la mort survient, on la combat. Notre existence est un long tourment de luttes avec nous-mêmes, avec tout ce qui nous entoure. Et c'est à cette lutte que nous donnons le nom d'amour, un plaisir, un désir croissant, son accomplissement, sexuel ou autre - tout cela, c'est notre vie du matin jusqu'au soir. Et puis nous dormons et nous rêvons. Mais est-il nécessaire de rêver? Je sais bien qu'il y a des psychologues qui prétendent que faute de rêver nous deviendrions fous, qu'il faut rêver, que c'est un dérivatif. Mais pourquoi rêver? Malgré tout ce que peuvent dire les psychanalystes et les psychologues, est-il nécessaire de rêver? La question n'est pas quelle interprétation vous donnez aux rêves, mais les rêves sont-ils nécessaires?
Ils deviennent inutiles dès l'instant où vous savez comment vivre chaque jour, comment être conscient et lucide, être attentif à chaque mouvement de votre pensée et de vos sentiments, accorder une attention complète à chaque signe, à chaque intimation provenant d'un esprit qui n'est pas ouvert, exposé ; dès cet instant il n'y a plus de rêve du tout. Alors l'esprit, quand vous dormez, a une certaine qualité de fraîcheur et d'innocence.
Faute de comprendre ce que c'est que de vivre, il est absolument vain de chercher un moyen de se dérober à la mort. Si l'on comprend bien ce que c'est que de vivre, si l'on a ainsi mis fin à la souffrance, à la lutte, si l'existence n'est plus un champ de bataille, on pourra voir alors, intérieurement et psychologiquement, que vivre, c'est mourir - mourir à chaque chose chaque jour, à toutes les accumulations qui se sont incrustées, gardant ainsi un esprit plein de fraîcheur, de nouveauté et d'innocence. Tout ceci exige une immense attention. Mais cet état ne peut pas exister s'il n'y a pas la fin de la souffrance, c'est-à-dire de la peur et ainsi de la pensée ; l'esprit est alors complètement calme - il n'est pas stupide, abêti, émoussé par la discipline et tous ces autres procédés que l'on emploie dans le yoga et toutes les histoires de ce genre. Vivre, alors, c'est mourir, autrement dit il n'y a pas de mort sans amour. L'amour n'est pas mémoire. La vie, l'amour et la mort vont ensemble - ce ne sont pas des choses séparées. Et ainsi l'existence consiste à vivre chaque jour dans un état de fraîcheur, et pour avoir cette clarté, cette innocence, il faut la mort et la fin de cet état d'esprit où règne toujours le centre, le « moi ».
Sans amour il n'y a pas de vertu, sans amour, pas de paix, pas de relation réelle. C'est là la base - qui permet à l'esprit d'avancer éternellement dans cette direction, celle où seule existe la vérité.

Paris, le 28 avril 1968

Saanen 1968

Saanen, le 7 juillet 1968

1er Entretien

J'espère que dès le premier jour et pendant toutes ces réunions nous participerons dans un esprit très sérieux. La plupart d'entre nous, j'en ai peur, sont arrivés avec un certain esprit de vacances, dans l'idée de jouir des collines, des montagnes, des vallées verdoyantes, du murmure des cours d'eau, pour être tranquilles, pour rencontrer des amis, pour bavarder, pour s'amuser un peu - et tout cela est très bien -, mais si nous nous proposons de donner un sens valable à ces réunions, il nous faudrait être très sérieux dès le début. D'immenses problèmes se dressent devant nous, êtres humains. Vivant comme nous le faisons, en ce monde stupide et affolé, il nous faut être sérieux ; et ceux qui le sont réellement dans le fond de leur coeur, dans leur être véritable - et on pas par l'effet d'un état nerveux, ni de l'application de tel ou tel principe ou de tel engagement particulier - ont, me semble-t-il, la qualité même du sérieux qui est nécessaire.

Si l'on observe ce qui se passe dans ce monde - la révolte des étudiants, la peur de la guerre, l'extrême pauvreté, les haines et les émeutes raciales, la déplorable satisfaction de certains petits pays conscients de leur situation monétaire, et ainsi de suite - on a l'impression de ne plus comprendre de quoi il s'agit. On a écouté tant d'explications émanant de philosophes, d'intellectuels, de théologiens, de prêtres, de sociologues, d'administrations organisées, et ainsi de suite. Mais les explications ne peuvent pas suffire ; et même si l'on pouvait connaître la cause de tous ces troubles, les questions ne s'en trouveraient pas résolues. Pendant ces réunions, nous allons nous considérer comme étant humainement et individuellement responsables ; nous allons découvrir s'il nous est possible de comprendre le problème de notre existence, avec son agitation, son tourment, sa souffrance, sa misère, qui sont à la fois en nous et hors de nous. Très évidemment c'est à nous de dissiper l'obscurité ; individuellement, nous avons contribué à sa création en nous-mêmes et chez les autres. Et c'est pourquoi il nous incombe - à ce qu'il me semble - d'être très sérieux.

Voyez-vous, il y a des gens dont le sérieux est l'effet d'une certaine névrose ; ils se figurent que s'ils mettent en pratique un certain principe, une certaine croyance, tel dogme ou telle idéologie et s'ils persistent à s'y conformer, ils font ainsi preuve de sérieux. Ils ne sont pas sérieux - de telles gens -, ils croient, et cette croyance engendre en eux un extraordinaire état de déséquilibre. Il faut donc être extrêmement éveillé, alerte, pour découvrir ce que cela signifie que d'être sérieux.

Il est aisé de voir que les idéologies jouent un rôle immense dans la vie de l'homme, et cela dans le monde entier. Ces idéologies contribuent à établir des divisions parmi les humains, favorisant la formation de groupes - démocrate ou républicain, la gauche ou la droite et ainsi de suite -, elles élèvent des murailles entre les gens et de par leur nature même ces idéologies deviennent des « autorités ». Ceux qui prennent le pouvoir grâce a elles tyrannisent les autres soit démocratiquement, soit avec un total manque de scrupule ; tout cela est à observer dans le monde entier. Les idéologies, les principes et les croyances ne se contentent pas de répartir les hommes en groupes, mais ils empêchent véritablement la coopération ; et c'est pourtant de cela que nous avons besoin ici-bas, de coopérer, de travailler ensemble, d'agir ensemble - et non pas de vous voir agir d'une façon parce que appartenant à un groupe, tandis que moi, j'agis différemment, parce que appartenant à un autre. La division se produit inévitablement dès l'instant où vous vous abandonnez à une idéologie particulière - que ce soit celle du communiste, du socialiste, du capitaliste, et ainsi de suite. Quelle que soit cette idéologie, par force elle sépare et engendre des conflits.

Un idéologue n'est pas un homme sérieux, il ne voit pas les conséquences de son

idéologie. Par conséquent pour être véritablement sérieux, il faut rejeter totalement et complètement toutes ces divisions religieuses et nationalistes. Il faut nier absolument tout ce qui est faux, et peut-être que par la suite il pourra se faire jour une possibilité d'être véritablement et réellement sérieux. Il nous faut construire un monde entièrement autre - un monde différent du monde actuel avec ses conflits, ses manies, sa concurrence, sa brutalité, sa violence, son absence de tout scrupule.

Seul un esprit religieux est un esprit véritablement révolutionnaire ; il n'existe aucun autre esprit révolutionnaire, celui qui prétend à ce nom, qu'il soit de 1 extrême gauche ou du centre, il n'est pas révolutionnaire. L'esprit qui se colle l'étiquette de gauche ou de centre ne vise qu'un fragment de la totalité, bien plus, il se brise, se fragmente en différentes parties ; ce n'est pas là le fait d'un esprit véritablement révolutionnaire. L'esprit vraiment religieux - dans le sens profond de ce mot - est, lui, véritablement révolutionnaire, parce qu'il est au-delà de la gauche, de la droite et du centre. Comprendre ceci, coopérer ensemble, c'est promouvoir un ordre social différent et c'est là notre responsabilité. Si nous pouvions mettre de côté les choses puériles et enfantines, je crois que nous pourrions être le sel de la terre ; et c'est là l'unique raison pour laquelle nous nous sommes réunis ici, il n'y en a pas d'autre. Vous n'allez rien recevoir de moi, ni moi, de vous. Ce qui est essentiel ne peut absolument pas se construire autour d'une idéologie. Cela me paraît évident, à la fois historiquement et en observant les faits. Ce qui se passe dans le monde l'indique nettement, la division et les conflits d'idéologies ; vous qui pensez connaître une idéologie - si supérieure, si vaste, si noble qu'elle soit - ne pouvez absolument pas contribuer à un état de coopération ; vous pouvez peut-être établir une tyrannie destructrice de la gauche ou de la droite, mais tout cela ne peut absolument pas contribuer à cette coopération, cette coopération d'amour et de compréhension.

La coopération n'est possible que quand il n'y a pas d'« autorité ». Voyez-vous, c'est une des choses les plus pernicieuses du monde - l'« autorité ». On s'attribue une « autorité » au nom d'une idéologie, au nom de Dieu, de la vérité, d'un individu, d'un groupe de gens, et, s'étant investi de cette « autorité », on ne peut absolument pas contribuer à l'établissement d'un ordre mondial.

J'espère tellement que vous écoutez vraiment tout ceci, que vous ne vous laissez pas hypnotiser par des paroles ni par l'intensité de l'orateur ; j'espère que vous partagez toutes ces choses avec l'orateur.

L'autorité procure de grandes satisfactions à l'homme qui l'exerce - quel que soit le principe dont il s'inspire -, il en retire un plaisir énorme et il est par conséquent le plus...! Il faut être extrêmement sur ses gardes avec un tel homme ; dès le commencement de ces causeries il nous faut voir cette chose-là très clairement. Le sérieux implique la non-acceptation d'aucune autorité, celle de l'orateur comprise. Il y a des gens, originaires de l'Orient, malheureusement, qui prétendent être passés par les plus extraordinaires expériences ; ils affirment pouvoir montrer le passé aux autres, ils détiennent, disent-ils, une parole qu'ils sont prêts à vous transmettre et qui vous aidera à méditer d'une façon tout à fait excellente. Je ne sais pas si vous vous laissez prendre à de tels pièges - il y a des milliers, des millions de gens dans ce cas. Ce genre d'autorité empêche un être humain d'être une lumière à lui-même. Quand chacun de nous est une lumière à soi-même, alors seulement pouvons-nous coopérer, aimer, alors seulement peut s'établir un sentiment réciproque de communion. Mais si vous avez une autorité bien à vous, que cette autorité soit un individu ou une expérience par laquelle vous êtes passés, que vous avez connue, alors cette expérience, cette autorité, cette conclusion, cette position bien définie que vous avez adoptée vous empêchent de communiquer avec les autres. Seul un esprit véritablement libre peut communier, peut coopérer. Pendant les jours qui vont suivre soyez, je vous en prie, pleins de sagesse et n'acceptez l'autorité de personne, pas même la vôtre, celle que vous avez cultivée par suite de votre expérience personnelle (et dès lors vous pensez savoir), ou par les différentes

conclusions auxquelles vous êtes arrivés, pas plus que vous n'accepterez l'autorité de l'orateur, ni celle de personne. Seul un esprit libre - véritablement libre - est capable d'apprendre ; un tel esprit est à la fois l'instructeur et l'élève. Il s'agit de comprendre tout ceci, et c'est d'un intérêt vital parce que c'est là ce que nous allons approfondir dans toutes ces discussions, dans toutes ces causeries.
Il faut que chacun soit pour soi-même à la fois l'instructeur et l'objet de renseignement. Et ceci n'est possible que quand existe un sentiment d'observation, la faculté de voir en vous-mêmes les choses telles qu'elles sont. Voyez-vous, la plupart d'entre nous sommes tellement inconscients de nous-mêmes. Je ne sais pas si vous avez observé ces gens qui parlent tout le temps d'eux-mêmes, la valeur qu'ils donnent à leur situation dans la vie - vous savez, « moi d'abord et tout le reste après ». S'il doit exister une coopération entre nous, une communication, une communion réciproque, cette barrière du « moi d'abord et tout le reste après » doit très évidemment disparaître. Le « moi » se donne une importance tellement immense, il s'exprime de tant de façons différentes. C'est pourquoi les organisations deviennent un danger (et pourtant il nous faut avoir une organisation). Ceux qui sont à la tête de l'organisation, qui prennent sur eux d'en exercer le pouvoir, deviennent petit à petit une source d'« autorité ». Et avec de telles gens on ne peut absolument ni coopérer, ni communier.
Il nous faut créer un monde nouveau - ce ne sont pas là simplement des paroles ou des idées -, il nous faut, en réalité, créer un monde entièrement différent, un monde où, en tant qu'êtres humains, nous ne soyons pas en lutte les uns contre les autres, cherchant à nous détruire, un monde où chacun ne cherche pas à dominer l'autre par sa science ou ses idées, où chaque être humain est véritablement libre, et non pas théoriquement. Aussi seule dans une telle liberté nous pourrons faire régner l'ordre dans le monde.
Nous allons maintenant démêler le réseau que nous avons tissé autour de nous-mêmes - celui qui empêche la coopération, qui nous divise et qui suscite un isolement, une souffrance, une anxiété si intense -, nous allons le faire si nous le pouvons.
Ce serait tellement merveilleux si à la fin de ces réunions nous pouvions partir en disant: « Voyez, j'ai compris » ; non pas que vous « possédiez » quelque chose, mais que par vous-mêmes vous voyiez clairement que vous êtes complètement libres, que vous êtes devenus des êtres humains doués de vitalité, d'énergie, de clarté, d'intensité. Voilà donc notre tâche. C'est peut-être beaucoup demander. Mais à moins que nous ne le fassions, nous sommes cause de grandes souffrances dans le monde, les guerres qui se poursuivent et dont nous sommes responsables - non pas les Américains, non pas les Vietnamiens du Nord -, chaque être humain est responsable. Et même ceux qui vivent dans ce pays où règne la sécurité, ceux-là sont aussi responsables ; tout comme nous sommes responsables des divisions qui empoisonnent le monde, non seulement idéologiquement, mais religieusement. Donc s'il vous plaît, et si vous en êtes capables, mettons tout notre esprit et tout notre cœur à cette tâche. Cela n'exige pas un grand effort intellectuel -jamais l'intellect n'a résolu quoi que ce soit ; il peut inventer des théories, il peut expliquer ; il peut voir le morcellement et en créer de nouveaux ; mais l'intellect, le mental étant lui-même un fragment, il est incapable de résoudre le problème entier de l'existence humaine. Pas plus que l'émotivité ni la sentimentalité ne peuvent rien faire dans ce sens ; elles aussi ne sont que les réactions d'un fragment.
Il n'est possible d'agir d'une façon totale et non pas fragmentaire que quand nous voyons le problème humain dans sa totalité - et non par compartiments.
Donc, quel est le problème? Quel est ce problème total et essentiel de l'être humain, lequel, s'il est compris et s'il est vu (comme vous voyez un arbre ou un nuage), vous permettra de résoudre tous les autres fragments? À partir de là vous pouvez agir. Donc quelle est cette perception totale, cette vision totale? Je pose la question, c'est à vous de trouver la réponse. Si vous attendez que je vous donne la réponse et si vous l'acceptez, cette réponse ne sera pas la vôtre et dès lors je deviens l'« autorité », chose que j'abomine. Donc quelle est votre réponse en tant qu'êtres humains - vivant dans ce

monde, dans tout ce chaos, ces troubles, ces révolutions, ces divisions terribles qui existent entre un homme et son prochain, la société immorale, l'immoralité religieuse des prêtres ; quand vous voyez tout ceci étalé devant vous, que vous voyez le tourment de l'homme - quelle est votre réaction? Comment agissez-vous? Ou bien vous appartenez à un parti, à un fragment et vous vous efforcez de réduire tous les autres fragments au vôtre - ce qui est évidemment puéril et dépourvu de sens -, ou bien vous voyez le processus de la fragmentation dans son entier et cette vision même vous permet une perception totale. Donc, quel est pour vous le problème essentiel, la question essentielle, le défi, lequel, si vous pouvez y répondre d'une façon complète, alors pour vous tous les autres problèmes seront dissous, compris ou faciles à aborder?
C'est assez intéressant, n'est-ce pas, de découvrir pour vous-mêmes ce qu'est la question essentielle dans la vie, pour vous-mêmes et non pas selon les psychologues, les philosophes, les théologiens, ni selon Krishnamurti ou toute autre personne, mais de la découvrir pour et par vous-mêmes. Comment allez-vous vous y prendre? Vous n'y avez peut-être jamais pensé, et si vous y avez pensé comment allez-vous discerner la question, le besoin essentiel? Allez-vous vous tourner vers d'autres? Évidemment pas, parce que dès l'instant où vous vous adressez à d'autres vous cherchez une « autorité ». Ce que dit une « autorité » est sans substance aucune ; ce qui vous intéresse, c'est le problème primordial, et celui-ci, vous devez le découvrir tout seul. Donc, si vous ne vous tournez pas vers aucun autre qui puisse vous aider à découvrir quelle est la question centrale et véritable, alors qu'allez-vous faire? Comment allez-vous découvrir? S'il vous plaît, c'est ici une question très grave.
Tout d'abord s'est-on jamais posé une telle question à soi- même? S'est-on jamais demandé s'il existe un point essentiel, lequel, une fois compris, vous permettra de donner une réponse à tous les problèmes mineurs? Cette question, si vous ne vous l'êtes pas posée vous-mêmes, moi, je vous la pose. Et si vous écoutez - comme j'espère bien que vous écoutez -, alors comment allez-vous découvrir?
Comment allez-vous vous y prendre pour découvrir? Par l'exercice de votre mental, en y réfléchissant beaucoup, en pensant à chaque problème, à chaque question, à chaque fragment, vous enfonçant de plus en plus et parvenant ensuite à une conclusion, et vous disant: « Voilà la question essentielle »? La pensée peut-elle vous être d'aucune aide? Un signe, une indication si subtils qu'ils soient peuvent-ils vous éclairer? Si vous en dépendez vous êtes perdus à nouveau. Donc, ce n'est pas en y pensant que vous pouvez espérer une réponse, n'est-ce pas?
Quelle est la nature même de la pensée? La pensée, comme on peut l'observer, est faite de souvenirs accumulés - je vous en prie, observez la chose vous-mêmes. On vient de vous mettre devant un « challenge » - quel est le problème essentiel de la vie? C'est un challenge tout neuf et, si vous y répondez en fonction de votre pensée, vous répondez à partir de souvenirs accumulés et votre réponse portera l'empreinte de son origine vétusté. Tout ceci est assez clair, n'est-ce pas?
Si je m'accroche à mon hindouisme - avec toutes ses superstitions, ses croyances, ses dogmes, ses traditions et tout ce fatras - et que quelque chose de neuf surgit devant moi, une nouvelle provocation, je ne pourrai jamais réagir qu'à partir du passé. Je vois donc clairement que les réactions du passé ne sont pas un moyen valable de découverte. D'accord? Donc je ne vais pas faire appel à la pensée, pas même à celle des gens les plus érudits, ni à la mienne. Je mets de côté - et faites-le s'il vous plaît au moment même où je parle -, je mets complètement de côté l'emploi de la pensée quand il s'agit de découvrir. Est-on capable de le faire? À l'entendre ce serait facile, mais en fait en est-on capable? Cela veut dire que l'on se trouve maintenant devant une provocation totalement nouvelle ; on la regarde avec clarté, avec des yeux dessillés. Et la pensée si sophistiquée, si astucieuse, si claire qu'elle puisse être n'amènera aucune clarté.
Je vois donc que la pensée n'est pas un procédé capable de me faire découvrir ce qui est essentiel ; et par conséquent, dans cette enquête, la pensée n'a aucun rôle à jouer. Êtes-

vous capables d'agir en conséquence? Ce qui veut dire que la pensée, laquelle est vieille, et qui intervient sans arrêt, ne domine plus, ne s'impose plus. Alors que se passe-t-il? Poursuivez la chose par vous-mêmes, s'il vous plaît. Quand vous ne cherchez plus en fonction de votre conditionnement vous avez rejeté, n'est-il pas vrai, tout le fardeau d'hier, du passé.

Voyez-vous, ce que je cherche à exprimer est vraiment très simple. Vous avez à trouver une nouvelle façon de vivre, d'agir, de découvrir ce que signifie l'amour. Et en vue de cette découverte vous ne devrez plus utiliser ces vieux instruments qui furent les nôtres: l'intellect, les émotions, la tradition, le savoir accumulé, tels sont les anciens instruments. Nous nous en sommes servis sempiternellement et ils ne nous ont donné ni un monde ni un état d'esprit différents ; ils sont complètement inutiles. À certains niveaux de l'existence ils ont leur valeur, mais ils n'en ont aucune quand nous demandons, quand nous cherchons à découvrir une façon de vivre qui soit totalement nouvelle.

Pour exprimer les choses différemment: la crise n'est pas dans le monde mais dans la conscience elle-même. Il ne s'agit pas de savoir comment arrêter une guerre, comment accomplir une réforme universitaire, comment donner plus ou moins de travail, des salaires plus ou moins élevés ; il n'y a point de réponse aux problèmes posés à ce niveau ; toute réforme donne naissance à de nouvelles complications. La crise est au sein de l'esprit lui-même, dans le vôtre, dans votre conscience. Et à moins de répondre pleinement à cette crise, à ce défi, vous ajouterez, consciemment ou inconsciemment, à la confusion, à la souffrance et à l'immensité de la douleur.

La crise est dans notre esprit, dans notre conscience et il nous faut y répondre - totalement. Quelle est la véritable réponse, le problème essentiel? De toute évidence, comme nous avons pu le voir, la pensée ici ne peut pas nous aider ; d'où il ne faut pas conclure que nous devons tomber dans le vague, les rêves, l'assoupissement. Quand vous n'utilisez plus la pensée pour découvrir par vous-mêmes quelle est la question essentielle de la vie, que s'est-il passé dans votre esprit? Comprenez-vous ma question - sommes-nous en communication réciproque? S'il vous plaît, dites oui ou non. Pour communiquer, pour communier ensemble il nous faut être au même niveau, au même instant et avec la même intensité. C'est comme l'amour, et si vous répondez oui, cela veut dire que vous avez rejeté, pour l'instant, la pensée comme instrument de découverte. Dès lors vous et l'orateur êtes au même niveau. Tous deux, nous sommes intenses dans notre décision de découvrir et vous n'attendez pas de moi que je vous éclaire. Si vous dites à quelqu'un: « Je vous aime », ou bien vous parlez sans conviction, sans le penser véritablement, ou bien vous le dites avec intensité, avec profondeur, avec un sentiment d'urgence, et si vous vous heurtez à une certaine indifférence chez l'autre, s'il regarde d'un autre côté, alors la communion entre vous cesse d'exister. Cette communion n'est possible que quand tous deux sont intenses, ne sont pas indifférents, qu'ils sont « ouverts ». Voyez-vous, quand tous deux sont généreux - vous comprenez -, cela donne naissance à une intensité extraordinaire. Il n'existe plus celui qui donne et celui qui reçoit.

Donc selon vous, quelle est votre idée, votre sentiment, que sentez-vous être la question primordiale, essentielle de la vie?

Voulez-vous que nous remettions cette question à mardi matin? Vous faut-il un certain temps de réflexion - pour en parler avec d'autres - pour vous asseoir sous un arbre ou dans votre chambre afin que cela vienne à vous? Si vous comptez sur le temps pour vous venir en aide, le temps ne va pas vous aider - le temps est un agent de destruction.

Question : Vous avez dit que la pensée est un produit de la mémoire. Maintenant je me rends très bien compte que la plupart de mes pensées sont très conditionnées, mais je ne suis pas absolument certain qu 'il n 'existe aucune possibilité d'une pensée différente non conditionnée par la mémoire.

Krishnamurti : Existe-t-il une pensée non conditionnée? Existe-t-elle? Ou bien n'est-il

pas plutôt vrai que toute pensée est conditionnée? Très évidemment, toute pensée est une réponse de la mémoire, d'une tradition accumulée, du savoir, de l'expérience.
Pour vous, quel est le problème essentiel de la vie? Parlons-en pendant quelques minutes ensemble.
Question : De créer un état d'harmonie.
Krishnamurti : Où cela? Extérieurement, intérieurement, ou les deux? Comment pourrait-on créer un état d'harmonie extérieur s'il n'y a pas d'harmonie intérieure? L'harmonie intérieure est la première chose, et non pas l'harmonie extérieure. Mais est-ce bien là le problème essentiel? N'est-il pas probable que l'harmonie est un résultat et non une fin en soi? C'est une chose qui se trouve là, il arrive qu'elle soit. C'est comme d'être très bien portant et d'aller se promener. Mais rechercher l'harmonie comme une fin en soi - est-ce possible? Il faudrait l'harmonie en soi-même ; et pour ceci il faut un examen immense de soi-même, de ses contradictions intimes, des efforts, de la discipline - toutes ces choses y sont impliquées. Mais est-ce là la question essentielle? Vous dites que la question essentielle est l'harmonie, mais c'est peut-être le plaisir. Écoutez, s'il vous plaît, ce que nous venons de dire. Nous venons de dire que la question essentielle pour la plupart des gens est peut-être un besoin de la continuité et du renforcement du plaisir ; le plaisir pouvant être celui qui découle d'un sentiment de sécurité, ou d'expériences sexuelles ; c'est une chose recherchée et non pas une chose en soi. Je ne sais pas si vous suivez ce que je dis. Je trouve un certain plaisir à faire quelque chose - son accomplissement même me procure du plaisir ; et par conséquent l'activité qui produit ce plaisir est importante ; le plaisir n'existe pas en lui-même ni de lui-même, il est le résultat d'une activité quelconque. Donc, est-ce là la question qui est un défi, la question qui est essentielle?
Je vous en prie, regardez le monde, regardez toutes les choses qui s'y passent - le progrès technologique extraordinaire, les guerres, la richesse de la société et la misère, une nation en guerre avec une autre pour assurer sa sécurité, sa gloire, et ainsi de suite, et ainsi de suite - toutes ces choses se passent en ce moment, elles sont là devant vous. Si vous regardez d'une façon objective comme vous regarderiez une carte géographique, vous auriez la réponse - laquelle est de regarder.
Question : Le défi essentiel, la question essentielle, c'est la responsabilité qui résulte de l'ensemble de nos rapports.
Krishnamurti : La responsabilité qui résulte de nos rapports - est-ce bien cela?
Question : Non, cela n'en est au une partie.
Krishnamurti : Oui, encore une fois c'est un fragment. Nos rapports, qu'est-ce que cela veut dire - être en relation avec des gens, des individus, le monde, la nature, tout ce qui se passe en ce moment? Comment être en rapport avec tout ce qui se passe - non pas seulement avec votre femme ou votre mari mais avec tout ce qui se passe dans le monde - ; comment est-ce possible si vous êtes isolés, si toutes vos pensées, votre activité, vos affaires, vos paroles contribuent à vous isoler, autrement dit si vous êtes imprégnés de ce sentiment: « Moi d'abord et au diable tous les autres »?
Nous allons devoir nous arrêter maintenant. Mais je vous en prie, demeurez avec cette question, donnez tout votre cœur et tout votre esprit pour voir le monde tel qu'il est, non pas comme vous pensez qu'il devrait être, mais vraiment tel qu'il est. Et si vous voyez clairement, cette vision même vous donnera peut-être la réponse.

Saanen, le 7 juillet 1968

Saanen, le 9 juillet 1968

2ème Entretien

Il est important de comprendre ce qu'est la coopération, quand il y a lieu d'y avoir recours et quand cela n'est pas indiqué. Pour comprendre l'état d'un esprit qui s'y refuse, il faut connaître aussi ce que signifie ce mot ; ces deux questions sont importantes. La plupart d'entre nous coopérons, n'est-il pas vrai, là où nous y voyons un intérêt personnel, quand nous en escomptons un certain profit, un certain plaisir, ou un certain avantage ; alors en général nous coopérons, nous y mettons notre cœur et notre intelligence ; nous prenons des engagements à l'égard de telle autorité, de tel idéal, de telle cause à laquelle nous croyons, et nous coopérons. Mais il me paraît également important d'apprendre quand il convient de ne pas le faire ; quand nous sommes tentés, que nous avons envie de coopérer, nous redoutons de découvrir ce que c'est que de ne pas le faire ; les deux choses vont ensemble, en somme. Il est important de voir que si notre coopération tourne autour d'une personne, d'une idée, d'une idée arrêtée sur quelque chose avec quoi nous désirons coopérer, alors cela cesse d'être une coopération vraie. Quand l'intérêt que nous portons à cette idée, à cette autorité cesse d'exister, nous brisons avec elle et nous nous efforçons de coopérer en étant axés sur une autre idée ou une autre autorité. Toute attitude de ce genre est assurément fondée sur un intérêt personnel. Et quand cette coopération, née d'un intérêt personnel, ne nous procure plus aucun profit, aucun gain, aucun plaisir, nous cessons totalement de coopérer.

Comprendre quand cela ne convient pas est tout aussi important que de voir quand cela convient. La véritable coopération a sa source dans une dimension différente et c'est de cela que nous allons parler tout à l'heure.

Lors de notre dernière réunion ici nous avons demandé: « Quelle est la question, le problème, le ressort essentiel de la vie humaine? » Je ne sais pas si vous l'avez approfondie, si vous y avez réfléchi. Mais, selon vous, quel est véritablement l'élément crucial de notre vie, telle que nous la vivons dans ce monde, avec tous les bouleversements, le chaos, la souffrance, la confusion, chacun cherchant à dominer les autres et ainsi de suite, et ainsi de suite? Je me demande quel est pour vous l'élément principal, l'unique question à laquelle il faut répondre, quand on voit véritablement ce qui se passe dans le monde entier, les différents conflits - les conflits politiques, entre étudiants, les divisions entre l'homme et son prochain, les différences idéologiques pour lesquelles nous sommes tout prêts à nous entre-tuer, les différences religieuses génératrices d'intolérance, les divers aspects de la brutalité, et ainsi de suite. Au vu de toutes ces choses, étalées véritablement devant nous - et non pas théoriquement -, quelle est la question cruciale qui se pose?

L'orateur va indiquer quel est le problème central - s'il vous plaît, ne signifiez pas votre accord ni votre désaccord. Examinez, regardez, voyez si c'est vrai ou faux. Pour découvrir ce qui est vrai il vous faut observer objectivement, d'un regard critique et qui pénètre l'intimité des choses. Il faut regarder avec le même intérêt personnel qui est le vôtre quand vous passez par une crise dans votre vie, ou quand tout votre être est mis en cause.

Le problème primordial, c'est la liberté humaine, la liberté complète, absolue ; en premier lieu celle qui est psychologique ou intérieure, et ensuite celle qui est extérieure. Il n'y a aucune frontière fixe entre l'intérieur et l'extérieur. Mais, pour conserver une certaine clarté, il nous faut d'abord comprendre la liberté intérieure. Il nous faut découvrir s'il existe une possibilité de vivre dans ce monde, jouissant d'une pleine liberté psychologique, sans pour cela se retirer dans un monastère, sans verser dans la névrose, sans pour cela s'isoler dans une tour d'ivoire de notre fabrication. Vivant dans ce monde, c'est là l'unique et véritable problème - la liberté. S'il n'y a pas de liberté intérieure, alors le chaos s'installe et on voit proliférer d'innombrables conflits, d'innombrables oppositions et indécisions psychologiques, une absence de clarté, de pénétration

profonde, toutes choses qui évidemment se manifestent à l'extérieur. Sommes-nous capables de vivre dans ce monde en êtres libres, n'appartenant à aucun parti politique, ni communiste, ni capitaliste, n'appartenant à aucune religion, n'acceptant aucune autorité extérieure? Il faut forcément obéir aux lois du pays (tenir sa droite ou sa gauche quand on conduit), mais alors la décision d'obéir, de se conformer jaillit spontanément de la liberté intérieure ; l'acceptation des exigences extérieures, de la loi extérieure est une acceptation née de la liberté intérieure. Telle est la question centrale, il n'y en a pas d'autre.

Nous autres êtres humains ne sommes pas libres, nous sommes accablés par le conditionnement de notre culture, de notre entourage, de notre religion, de l'intérêt personnel que nous avons à l'existence d'une armée, de la vie politique ou de certains engagements idéologiques que nous avons pris. Étant conditionnés, nous sommes agressifs. Les sociologues, les anthropologues et les économistes tentent d'expliquer cette agressivité. Il existe deux théories: ou bien vous avez hérité ce sentiment d'agressivité de l'animal, ou bien la société que chacun de nous a contribué à construire vous contraint, vous force à être agressifs. Mais le fait a plus d'importance que la théorie ; peu importe si elle nous vient de l'animal ou de la société. Nous sommes agressifs, nous sommes brutaux, nous sommes incapables d'examiner, de regarder avec impartialité les idées, les points de vue ou les pensées d'autrui. Par suite de notre conditionnement, nous voyons se morceler tout ce qui nous entoure ; la vie, la vie quotidienne, les pensées quotidiennes, les aspirations, le sentiment d'autoperfectionnement - chose affreuse -, tout cela est fragmentaire. Ce conditionnement fait de chacun de nous un être centré sur lui-même, luttant pour conserver son « moi », sa famille, sa nation, sa croyance. Ainsi surgissent les différences idéologiques ; vous êtes chrétien, un autre est musulman ou hindou. Vous pouvez tous deux péniblement parvenir à vous supporter, mais fondamentalement et intérieurement il existe une division profonde, un certain mépris, l'un se sent supérieur à l'autre, etc. Ainsi non seulement ce conditionnement vous contraint à l'auto-centrisme, mais sur cet autocentrisme se greffe un sentiment d'isolement, de séparation ou de division qui rend toute coopération absolument impossible.

On se demande alors: est-il possible d'être libre? Est-il possible pour nous, tels que nous sommes, conditionnés, subissant chaque influence, chaque propagande, orientés par les livres que nous lisons, le cinéma, la radio, les revues - toutes choses qui viennent heurter l'esprit, le mouler -, nous est-il possible de vivre dans ce monde en étant complètement libres, non seulement consciemment mais jusque dans les racines de notre être? Tel est, à ce qu'il me semble, le problème, le seul. Parce que si l'on n'est pas libre, il n'y a pas d'amour ; il y a jalousie, anxiété, crainte, domination, recherche du plaisir, sexuel ou autre. Si l'on n'est pas libre on est incapable de voir avec clarté et il n'existe aucun sentiment de beauté. Ceci n'est pas un pur et simple argument destiné à renforcer cette théorie que l'homme doit être libre ; une telle théorie dans ce cas deviendrait une idéologie, laquelle serait à nouveau un agent de division. Donc, si c'est bien là le problème central pour vous, le principal défi que vous porte la vie, alors ce n'est plus une question de savoir si vous êtes heureux ou pas - chose qui devient secondaire -, si vous êtes capables de vous entendre avec les autres, ni encore si vos croyances et vos opinions sont plus importantes que celles d'autrui. Tous ces problèmes sont des à-côtés et seront aplanis quand la question centrale sera comprise pleinement et profondément, si elle reçoit sa réponse. Si vous sentez véritablement que c'est là le seul problème de la vie -, si vous voyez les faits qui vous entourent et ceux qui sont en vous, et combien nous sommes mesquins, misérables, petits, anxieux, coupables, apeurés - si vous voyez que le fait de dépendre des idées, des opinions, des jugements d'autrui, d'être à plat devant l'opinion publique, entretenant un culte des héros, que tout cela entraîne le morcellement et la division, si vous-mêmes avez vu très clairement se dérouler devant vous tout le panorama de l'existence humaine avec ses nationalités, ses guerres, les

divisions de ses dieux et de ses prêtres, les idéologies, le conflit, la misère et la souffrance -, si de vous-mêmes vous voyez tout cela, non pas comme un tableau que vous montre un autre, non pas comme une idée ni comme un objet d'aspiration -, alors jaillit un sentiment complet de liberté intérieure, alors plus de peur de la mort, alors vous et l'orateur êtes en communion, vous et l'orateur pouvez communiquer. Est-ce possible? Si oui, nous allons pouvoir approfondir la question pas à pas. Mais si, pour vous, là n'est pas l'intérêt primordial, si ce n'est pas là le problème dominant, si vous vous préoccupez de savoir s'il est possible pour un être humain de trouver Dieu, ou la vérité, ou l'amour, ou tout ce qui s'ensuit, vous n'êtes pas libres, et alors comment pouvez-vous espérer trouver quoi que ce soit ; comment pouvez-vous explorer, entreprendre un voyage si vous portez sur vos épaules ce pesant fardeau, toute cette peur que vous avez accumulée à travers les générations? Tel est le principal problème ; est-il possible pour des êtres humains, pour vous et pour moi, d'être véritablement libres?

Vous allez peut-être dire que nous ne pouvons pas être libérés de la douleur physique. La plupart d'entre nous avons connu la douleur physique d'une façon ou d'une autre, et si vous êtes véritablement libres vous saurez comment agir à l'égard de cette douleur. Mais si vous avez peur, n'étant pas libres, alors la maladie devient une chose extraordinairement lourde. Donc, si vous et l'orateur voyez cela clairement - ce n'est pas une idée que l'orateur vous impose, ce n'est pas son intensité qui vous incline inconsciemment à l'accepter, vous ne subissez pas son influence -, si vous êtes dégagés de tout cela alors il y aura communication entre nous. Je vous en prie, voyez l'importance, la vérité de ce fait ; alors ensemble, tous les deux, nous allons pouvoir découvrir s'il est possible d'être complètement et totalement libres. Pouvons-nous partir de là? A mesure que nous examinerons, que nous comprendrons la question, les énormes questions impliquées, sa nature et sa qualité s'éclairciront. Mais si vous dites d'emblée: « Ce n'est pas possible » ou « C'est possible », alors vous avez cessé de rechercher, de « tâter » la question, de vous y frayer un chemin. Donc, si je puis vous le suggérer, ne vous dites pas en vous-mêmes: « C'est possible » ni « Ce n'est pas possible ». Il y a en effet des intellectuels et d'autres qui disent: « Ce n'est pas possible » et par conséquent, poursuivent-ils, cherchons à améliorer le conditionnement, lavons les cerveaux d'abord pour les contraindre ensuite à se conformer, à obéir, à suivre, à accepter techniquement, extérieurement et intérieurement, de sorte que tout le monde s'incline devant l'autorité de l'État, du gourou, du prêtre ou de l'idéal, etc. Et si vous dites en revanche: « C'est possible », vous parlez simplement d'une idée et non d'un fait ; la plupart d'entre nous vivons dans un monde vague, irréel, idéologique. Un homme qui est prêt à approfondir cette question doit être libre quand il regarde, libre de se dire à lui-même: « C'est possible » ou bien « Ce n'est pas possible ». Donc, pour examiner cette question nous commençons par la liberté ; la liberté n 'est pas à la fin.

Voici la question: est-il possible pour un être humain, vous, un individu vivant dans ce monde, allant à votre bureau, dirigeant une maison, ayant des enfants, et ainsi de suite, vivant dans une société extraordinairement complexe, ou engagé dans des rapports très intimes, est-il possible d'être libre? Est-il possible de vivre, un homme avec une femme, dans des rapports où existe une liberté totale, où il n'y a aucun sentiment de domination, de jalousie, aucune obéissance, et des rapports par conséquent où "peut-être il existe de l'amour? Eh bien maintenant, est-ce possible?

Comment voir clairement quoi que ce soit - les livres, les arbres et les étoiles, le monde et la société qu'a créée l'homme, qui est vous-même - s'il n'y a pas de liberté? Si vous abordez un objet, si vous le regardez à partir d'une idée, d'une idéologie, d'une peur, d'un espoir, d'une anxiété, avec un sentiment de culpabilité et tout ce qui s'ensuit de tourment, très évidemment vous ne pouvez pas voir.

Si vous sentez, tout comme l'orateur, l'importance d'être complètement libres - libres de toute peur, de toute jalousie, de toute anxiété, dégagés de la crainte de la mort, de ne pas

être aimés, de la solitude, de la crainte de ne pas réussir, de ne pas devenir célèbres, de ne pas aboutir, vous savez, toutes ces frayeurs qui nous hantent -, si pour vous c'est bien là la question centrale, alors nous pouvons commencer notre exploration. La liberté complète est le seul problème de notre existence. L'homme a recherché la liberté depuis le commencement même des temps, seulement il a dit: « La liberté existe au ciel mais pas sur la terre. » Chaque groupe, chaque communauté a son idéologie à elle de la liberté.

Ayant rejeté, balayé tout ceci, nous nous demandons si, vivant ici et maintenant, il est possible d'être libre. Si vous et moi voyons cet élément commun comme étant l'unique et véritable défi que nous porte la vie, nous pouvons alors nous mettre à découvrir par nous-mêmes comment il convient d'aborder le problème, comment le regarder, comment y parvenir. Voulez-vous que nous partions de là?

Et tout d'abord, existe-t-il un système - s'il vous plaît, pensez-y avec moi -, existe-t-il un système, une méthode? Tout le monde vous dira qu'il existe une méthode: faites ceci, faites cela, suivez ce gourou, prenez ce chemin, méditez de cette façon - vous me suivez? -, un système, un accomplissement graduel effectué pas à pas, un moule auquel vous vous adaptez, espérant à la fin parvenir à cette extraordinaire liberté qu'ils vous promettent tous. Donc, c'est là la première chose qu'il faudra examiner, non pas verbalement mais réellement, de sorte que ce qui n'est pas un fait, vous le briserez, et qu'en aucun cas, en aucune circonstance vous ne serez disposés à accepter une méthode, un système, une discipline. S'il vous plaît, voyez l'importance de ces mots dont nous nous servons. Un système implique l'acceptation d'une autorité qui vous a indiqué le système ; suivre le système implique la discipline, faire la même chose toujours à nouveau, supprimant vos propres exigences, vos propres réactions dans le dessein d'être libres.

Y a-t-il quelque vérité dans cette idée globale d'un système? Suivez ceci soigneusement, à la fois extérieurement et intérieurement. Le communiste promet l'utopie et le gourou, l'instructeur et le sauveur vous disent: « Faites ceci » avec tout ce que cela implique. Nous ne voulons pas compliquer la question dès le début, elle deviendra assez compliquée par la suite. Mais si vous adoptez un système, que ce soit dans une école, dans votre vie politique ou intérieure, il n'y aura pour vous aucune possibilité d'apprendre, aucune communication directe entre l'instructeur et l'élève. Mais quand il n'existe aucune distance entre l'instructeur et l'élève, alors ils examinent tous les deux, ils discutent et il y a pour eux la liberté de regarder et d'apprendre. Si vous acceptez un régime rigide établi par quelque malheureux gourou - et c'est très à la mode en ce moment dans le monde entier - et que vous le suiviez - que s'est-il passé vraiment? Vous vous détruisez vous-mêmes afin d'aboutir à une liberté promise par un autre, vous remettant à un principe qui est peut-être complètement faux, complètement nul, et ne comportant en lui-même aucune réalité. Il faut donc voir les choses très clairement dès le commencement ; si vous êtes très lucides, vous avez complètement rejeté ce procédé, jamais vous n'y reviendrez. Vous comprenez, vous n'appartenez plus à aucune nation, à aucune idéologie, à aucune religion, à aucun parti politique ; toutes ces choses ont pour base des formules, des idéologies, des systèmes prometteurs ; aucun système ne va aider les hommes, même extérieurement. Au contraire les systèmes vont les diviser, et c'est ce qui s'est passé dans le monde entier. Et accepter un autre comme étant votre autorité intérieure, accepter l'autorité d'un système, c'est vivre dans l'isolement, la séparation et par conséquent renoncer à toute liberté.

Alors, comment peut-on comprendre et parvenir à la liberté d'une façon naturelle, parce qu'elle n'est pas une chose vers laquelle on tâtonne pour s'en emparer, ni que l'on puisse cultiver ; quand vous cultivez une chose, celle-ci n'est-elle pas artificielle? Si vous voyez cette vérité, alors tous les systèmes et toutes les méthodes de méditation sont sans aucune valeur ; et par conséquent vous avez anéanti un des éléments les plus considérables de votre conditionnement. Quand vous voyez cette vérité, qu'aucun

système ne pourra jamais aider l'homme à être libre, alors vous êtes affranchis de cet immense mensonge. Eh bien, maintenant en êtes-vous affranchis - maintenant, pas demain, pas dans les jours à venir, mais maintenant et véritablement? Nous ne pouvons pas aller plus avant si chacun de nous ne comprend pas ceci, et non pas d'une façon abstraite, non pas comme une idée, mais que véritablement chacun voie le fait, la vérité, parce que quand vous avez vu le fait que tout cela est sans valeur, alors c'en est fini, c'est évanoui. Pouvons-nous discuter de cela, non pas pour articuler des arguments pour ou contre, mais véritablement regarder, examiner, en discuter ensemble, comme deux amis qui veulent en découvrir la vérité?
Comprenez-vous ce que nous faisons? Nous sommes en train de distinguer les éléments constitutifs du conditionnement. Les voir et non pas agir sur eux. Voir, c'est agir. D'accord? Si je vois devant moi un abîme, j'agis, il y a une action immédiate. Si je vois quelque chose de vénéneux, je n'en prends pas. C'est chose finie pour moi ; la non-activité est chose instantanée. Donc, voyons-nous absolument qu'un des éléments principaux du conditionnement est cette acceptation de systèmes avec toutes les autorités et les nuances qui en découlent? Pouvons-nous en discuter, ou bien l'orateur vous a-t-il accablés? J'espère que non.
Question : Il est très facile de vous suivre verbalement en paroles ; les idées ne dont pas tellement difficiles...
Krishnamurti : ... Mais de rejeter véritablement toute acceptation de systèmes, c'est une autre affaire. C'est bien cela, monsieur? Qu'entendez-vous, monsieur, quand vous dites: « Il est très facile de vous suivre verbalement », entendez-vous: « Nous comprenons les paroles que vous prononcez mais rien d'autre »? Ce qui veut dire quoi? Vous écoutez des paroles, et très évidemment on peut écouter des paroles qui n'ont aucun sens. La question, la voici: comment est-il possible d'écouter des paroles de façon qu'au moment même où on écoute surgisse l'action? Quelqu'un dit: « Je comprends intellectuellement ce que vous dites - les paroles sont claires, et peut-être le raisonnement est assez bon, assez logique » - et ainsi de suite, et ainsi de suite. « Tout cela, je le comprends intellectuellement, mais l'action elle-même ne se produit pas. » « Je ne suis pas libéré de mon acceptation des systèmes, pas complètement. » Alors comment enjamber cet intervalle qui sépare l'intellect de l'action? Est-ce clair? Je comprends à partir des paroles, intellectuellement, tout ce que vous avez dit ce matin, mais aucune liberté réelle n'est résultée de cette compréhension ; comment ce concept intellectuel peut-il devenir action d'une façon instantanée? Eh bien, pourquoi nous figurons-nous comprendre intellectuellement? Pourquoi mettons-nous la compréhension intellectuelle en premier lieu? Pourquoi prend-elle cette importance dominante? Vous comprenez la question? Je suis sûr que vous avez tous le sentiment de comprendre intellectuellement, et très bien, ce dont parle l'orateur, et alors vous vous dites: « Mais comment mettre cela en pratique? » Ainsi la compréhension est une chose et l'action en est une autre, et nous luttons pour jeter un pont entre les deux. Mais existe-t-il une compréhension véritable intellectuellement? C'est peut-être une fausse affirmation qui devient un empêchement. Vous regardez, vous voyez, vous observez avec soin parce que tout cela devient un système, vous me suivez? Ce système qu'utilise chacun de nous: « Je comprends intellectuellement », mais c'est peut-être entièrement faux. Tout ce que nous pouvons dire est ceci: « J'entends ce dont vous parlez. » Les vibrations de ces mots traversent mes oreilles et c'est tout, il ne se passe rien. C'est comme un homme ou une femme qui, ayant beaucoup d'argent, entend le mot « générosité » et en ressent vaguement la beauté pour retourner, malgré tout, à son avarice, à sa mesquinerie. Donc, ne disons pas: « Je comprends », ne disons pas: « J'ai saisi le sujet dont vous traitez » quand nous avons tout simplement entendu une suite de paroles. Alors la question est celle-ci: pourquoi ne voyez-vous pas cette vérité qu'aucun système extérieur ou intérieur ne va vous apporter la liberté, ne va libérer l'homme de sa misère? Pourquoi n'en voyez-vous pas la vérité instantanément? Tel est le problème, et non pas de savoir comment

enjamber l'intervalle entre la compréhension intellectuelle de quelque chose et sa mise en pratique. Pourquoi ne voyez-vous pas la vérité totale de ce fait - où est l'empêchement?
Question : Nous croyons au système.
Krishnamurti : Nous croyons au système. Pourquoi? Tel est votre conditionnement. Votre conditionnement vous oriente à chaque instant, vous empêche de voir la vérité d'un élément majeur de l'existence, qui conditionne l'homme, le poussant à accepter le système, les différences de classe, le système de la guerre, celui qui promet la paix, laquelle à son tour est détruite par les nationalités - qui constituent un autre système. Pourquoi ne voyons-nous pas cette vérité - est-ce parce que nous avons des intérêts personnels liés au système? Si nous en voyions la vérité nous pourrions perdre de l'argent, ne pas avoir une situation, nous trouver seuls dans un monde affreusement laid. Donc, consciemment ou inconsciemment nous disons: « Je comprends très bien ce dont vous parlez mais je ne peux pas le faire, et bonjour », et tout est dit - ce serait plus honnête.
Question : Monsieur, pour que nous communions soit avec vous, soit les uns avec les autres, nous devons être en mouvement, et tout mouvement prend de l'énergie. La question est: pourquoi sommes-nous parfois capables de disposer de cette énergie et quelquefois pas?
Krishnamurti : Eh bien, pendant que nous écoutons cette question, pourquoi ne voyez-vous pas la vérité de ce fait que les systèmes sont destructeurs et séparateurs? Pour le voir il vous faudrait de l'énergie, et pourquoi n'avez-vous pas cette énergie maintenant, à l'instant, vous permettant de voir tout de suite et pas demain? Serait-ce que vous n'avez pas l'énergie de voir parce que vous avez peur inconsciemment, très profondément, n'y a-t-il pas en vous une résistance parce que cela voudrait dire qu'il vous faudra renoncer à votre gourou, à votre nationalité, ou à telle ou telle idéologie, et ainsi de suite, et ainsi de suite? Et c'est ainsi que vous dites: « Je comprends intellectuellement. »
Question : C'est le système mime qui vous empêche de voir la vérité de la chose.
Krishnamurti : C'est vrai. Le système vous éduque, vous établit, vous procure une certaine situation, et par conséquent vous ne le remettez pas en question ni intérieurement ni extérieurement. Un communiste qui est bien placé dans le champ de son communisme ne va pas remettre ce système en question, parce que cette remise en question le détruirait - pour lui, la tyrannie est importante à la fois extérieurement et intérieurement. Mais ce n'est pas là la question que nous posons.
Pourquoi, tandis que vous écoutez, n'avez-vous pas l'énergie requise pour voir? Pour avoir cette énergie vous permettant de voir, il vous faut être attentif, il vous faut donner tout votre esprit et tout votre cœur en regardant - et pourquoi ne le faites-vous pas?
Question : Que diriez-vous à L'homme qui a peur de regarder?
Krishnamurti : Très évidemment vous ne pouvez pas le forcer à regarder. Vous ne pouvez pas le cajoler, vous ne pouvez pas lui promettre que s'il veut bien regarder il en sera récompensé. Mais vous pouvez dire: « Ne vous donnez pas la peine de regarder, mais prenez conscience de votre peur. Ne vous souciez pas de regarder cet élément des systèmes qui se sont établis à travers les siècles, mais prenez conscience de votre peur. » Et lui pourra peut-être répondre: « Je n'ai même pas envie d'en prendre conscience, je ne veux même pas toucher la chose ni de près ni de loin. » Alors vous ne pouvez pas l'aider, parce que lui-même s'empêche de regarder, parce qu'il pense qu'en regardant il perdra sa famille, son argent, sa situation, son travail, tout ce qui s'ensuit - autrement dit, il perdra sa sécurité, et il a peur de perdre sa sécurité. Mais regardez ce qui se passe, parce que après tout, ce n'est qu'idée, vous me suivez - peut-être qu'il ne perdra pas sa sécurité, quelque chose d'autre peut se passer. La pensée dit: « Attention, ne regardez pas » - la pensée engendre la peur. La pensée l'empêche de regarder, disant: « Si vous regardez, vous allez peut-être introduire une grande confusion dans votre vie » - comme s'il ne vivait pas déjà dans la confusion! C'est ainsi que la pensée engendre la peur et

nous empêche de voir cette vérité dont aucun système sur la terre ou dans le monde d'aucun gourou, d'aucun sauveur ni d'aucun commissaire ne va vous affranchir.

Question : Peut-être qu 'il ne peut peu prendre connaissance de sa peur parce qu 'il ne sait pas ce que c 'est que la peur?

Krishnamurti : Oh, si vous ne savez pas ce que c'est que la peur, alors il n'y a pas de problème, alors vous êtes libres - mais même les pauvres oiseaux ont peur. C'est un des empêchements principaux de l'esprit humain que d'avoir accepté tous les systèmes comme étant chose inévitable. Tous ces systèmes ont été créés par l'homme dans sa recherche de la sécurité. La recherche de la sécurité grâce aux systèmes est en train de détruire l'homme - chose évidente quand vous voyez ce qui se passe extérieurement, et la même chose se passe intérieurement aussi -, mon gourou, votre gourou, ma vérité et votre vérité, ma foi et votre foi, ma famille et votre famille ; tout cela empêche l'homme d'être libre. Et pourtant être libre donne à la vie un sens complètement différent, la vie sexuelle peut prendre un sens entièrement différent. Il y aurait alors la paix dans le monde et non pas cette division entre les hommes et leur prochain. Mais il vous faut avoir l'énergie requise pour voir, ce qui veut dire que vous mettez tout votre cœur et votre esprit à regarder - non pas regarder avec des mots, avec des yeux pleins de crainte.

Saanen, le 9 juillet 1968

Saanen, le 11 juillet 1968

3ème Entretien

Nous vivons dans un monde complètement morcelé et fragmentaire, un monde où règne un état de lutte constant, un groupe se dressant contre un autre, une idéologie contre une autre, une nation contre une autre, un clan contre un autre, et ainsi de suite. Nous assistons à d'immenses progrès technologiques mais à morcellement plus poussé que jamais. Si l'on veut regarder les choses du point de vue des faits, on s'aperçoit qu'il est absolument essentiel que l'homme, autrement dit que chacun de nous, apprenne à coopérer. Nous ne pouvons pas travailler ensemble en vue de n'importe quel objet - que ce soit la nouvelle école, ou nos rapports les uns avec les autres, ou pour mettre fin aux guerres monstrueuses qui nous entourent - si chaque individu, chaque être humain est occupé à se renfermer dans une idéologie, sa vie étant orientée par un principe, une discipline, une technique, une croyance, ou un dogme ; là où existe une telle orientation il ne peut y avoir de coopération. Ceci me paraît si absolument évident que ce n'est même pas la peine d'en discuter. Aussi nous demandions-nous l'autre jour s'il est le moins du monde possible de briser tous ces obstacles que l'on a dressés les uns contre les autres de propos délibéré, s'il est le moins du monde possible pour l'homme d'être libre.

Nous disions que la liberté, tant extérieure qu'intérieure, ne peut être instaurée grâce à un système, qu'il soit politique ou économique, communiste ou capitaliste, ni par aucune religion organisée, ni par l'effet d'un engagement vis-à-vis de tel ou tel petit groupe particulier, isolé du reste du monde. Nous avons suffisamment approfondi cette question l'autre jour. Nous avons dit de plus que la liberté ne peut être obtenue à l'aide d'aucune philosophie, d'aucune théorie intellectuelle. Nous allons donc examiner ce matin la possibilité qu'il y a pour chacun de nous d'être réellement affranchi de tout système ou de toute méthode - c'est une question des plus compliquées si l'on veut la comprendre.

Quand nous parlons de systèmes, nous n'entendons pas seulement l'obéissance à un credo, à un gourou, à un instructeur ni à aucune religion particulière organisée, et ainsi de suite, mais même l'« obéissance » à une habitude de penser, de vivre selon une certaine croyance, un dogme ou un principe intérieur, toutes choses qui constituent une sorte de système. On est porté à se demander: pourquoi l'homme a-t-il besoin d'un système? Pour commencer, pourquoi vous et moi avons-nous besoin d'un système intérieurement, et deuxièmement, pourquoi d'un système extérieurement? Quel besoin pour vous d'un système, le système étant une tradition, une discipline, une habitude, un réseau d'ornières dans lequel s'engage l'esprit? Pourquoi? Quand il nous arrive de rejeter une série d'ornières, c'est pour immédiatement tomber dans une autre.

Nous avons dit que la paix, l'amour ou la beauté ne sont possibles que là où règne une liberté complète. Nous avons dit qu'il n'est évidemment pas possible d'être libre d'une façon totale et entière si intérieurement nous obéissons à une méthode, un système ou une habitude particulière que nous avons cultivée, pendant peut-être de longues années, ou même pendant des générations, et qui est devenue tradition. Pourquoi tout cela? J'espère que ma question est clairement posée. La tradition peut dater d'une seule journée, ou de milliers d'années. C'est par tradition que l'on croit être catholique ou protestant. C'est un système, quand vous dites: « Je suis français », ou si vous appartenez à tel groupe particulier, ou pensez conformément à telle culture particulière. Pourquoi cette façon de se comporter? Serait-ce que l'esprit est constamment à la recherche de sécurité dans son désir d'écarter tout danger, dans son désir de certitude? Un esprit qui poursuit constamment sa propre sécurité psychologique peut-il jamais être libre? Et s'il ne l'est pas, peut-il jamais voir ce qui est vrai ; peut-il jamais voir ce qui est vrai grâce à un système ou une tradition qui promet dans l'avenir une beauté, un état d'esprit dépassant toute imagination?

Je vous en prie, pensons à ces choses, ou plutôt approfondissons-les. Je vous propose, si vous le voulez bien, de ne pas vous contenter d'écouter une suite de paroles. Dire: « Je comprends intellectuellement » est une affirmation tellement fausse en elle-même. Quand vous prétendez comprendre quelque chose intellectuellement, cela signifie que vous entendez une suite de nombreuses paroles dont vous comprenez le sens. Mais comprendre vraiment implique une action immédiate ; il n'y a pas tout d'abord la compréhension et plus tard, peut-être après de nombreuses journées, l'action. Vous voyez la signification de tel problème particulier, vous voyez que la liberté ne peut absolument pas exister tant qu'il y a la poursuite, l'acceptation ou l'obéissance vis-à-vis d'aucune idéologie ou d'aucune tradition particulière. Si vous voyez cela, si vous le voyez vraiment, et non pas verbalement, alors il y a action, vous laissez tomber toute tradition immédiatement. Mais si vous vous contentez de dire: « Je comprends ce dont vous parlez verbalement », c'est tout simplement un procédé pour vous dérober au fait.
Pourquoi avons-nous besoin de sécurité psychologique? Il faut qu'existe une certaine sécurité physique - les aliments, les vêtements, une habitation -, c'est évident. Mais pourquoi l'esprit recherche-t-il ainsi la certitude, pourquoi exige-t-il une structure dont il fera un système et qui lui procurera une certaine assurance? Pourquoi? Pourquoi l'esprit demeure-t-il toujours centré sur sa propre sécurité, sa propre assurance, sa propre certitude? Un esprit qui nourrit psychologiquement une certitude quelconque peut-il jamais être libre (il ne s'ensuit pas que l'esprit doit toujours être dans un état d'incertitude)? Ceci soulève immédiatement un problème de dualité. Un conflit d'aucune sorte est une déperdition d'énergie ; là où il y a dualité il y a conflit et ceci, essentiellement, est une complète perte d énergie. Si l'esprit poursuit la certitude il engendre inévitablement son propre opposé - c'est évident. Si mon esprit recherche éperdument un état où il n'y aura aucune perturbation, aucun ennui, aucun conflit, inévitablement il se précipite vers l'opposé, le trouble, les ennuis, le conflit. Dans notre soif de certitude il y a incertitude, et il y a un conflit entre les deux, et ce conflit dans lequel la plupart d'entre nous sommes pris est un gaspillage d'énergie. Donc, pourquoi l'esprit est-il à la poursuite de la certitude?
(Bruit à avion.)
Vous avez entendu cet avion nous survoler ; il a fait beaucoup de bruit. L'instant d'avant vous aviez fixé votre attention, et peut-être avez-vous désiré que l'avion ne soit pas venu. D'accord? C'est ainsi que vous créez un opposé, vous résistez au bruit, c'est une déperdition d'énergie. Mais si vous aviez prêté l'oreille à ce bruit sans résistance, si, autrement dit, vous aviez donné votre attention complète, cela ne vous aurait affecté en aucun sens, et il n'y aurait pas eu ce bruit en conflit avec un état où n'aurait existé aucun bruit. (Je me demande si vous saisissez tout ceci.)
Nous demandons: pourquoi l'esprit recherche-t-il toujours une image ou une formule destinée à nourrir un état de certitude qui devient système? L'esprit recherche constamment une assurance, un sentiment de sécurité et de permanence, et jamais nous ne nous demandons si c'est là un état qui existe. Nous en avons besoin, nous l'exigeons, mais un tel état existe-t-il? J'aspire à des rapports permanents avec un ami, avec ma femme, et le besoin de tels rapports est système, tradition, une structure destinée à établir dans ces rapports un état de permanence.
Je me demande dès lors: pourquoi l'esprit ne peut-il pas vivre librement, pourquoi tient-il tellement aux formules et aux systèmes? C'est évidemment qu'il a peur et qu'il a besoin de quelque image, de quelque symbole, d'une formule ou d'un système auquel se rattacher. (Observez ceci en vous-mêmes, s'il vous plaît.) Et quand il se cramponne désespérément à quelque chose, non seulement il a peur de le perdre, mais cette action désespérée, cette peur de perdre crée son propre opposé. Il y a ainsi une lutte entre la soif de certitude et la peur de ne pas y arriver, une lutte qui se poursuit inlassablement.
L'esprit peut se demander s'il existe dans la vie une permanence psychologique. Il peut chercher à découvrir si un tel état est en aucune mesure possible. Ou bien ne pourrait-il

pas s'apercevoir que la vie est un mouvement incessant, un état où le neuf jaillit à chaque instant? Mais l'esprit est incapable de discerner le neuf parce qu'il vit constamment dans le passé, ce passé qui est le système. Quand vous dites: « Je suis un chrétien » ou « Je suis un hindou », c'est là le passé qui parle, lui qui est incapable de voir quoi que ce soit de neuf. Et la vie est peut-être quelque chose d'extraordinaire dans son mouvement même, ce mouvement qui est le neuf et que nous rejetons. Et ce mouvement, c'est la liberté.

Il n'y a qu'une question primordiale, cruciale, un défi porté à l'homme, lequel est ceci: il doit être complètement libre. Tant que l'esprit se cramponne à une structure, une méthode, un système, il n'y a pas de liberté. Cette structure tout entière peut-elle être complètement abandonnée, et cela immédiatement? (Vous comprenez la question?) Le conditionnement d'un esprit qui existe tel qu'il est depuis de nombreuses années ou de nombreux siècles, ce conditionnement même est le système, la tradition, l'habitude, et ainsi de suite. Tant que l'esprit se débat dans ces liens, il ne peut jamais être libre. Et cette liberté n'est pas à la fin, il ne s'agit pas de s'affranchir ultérieurement ; s'affranchir « ultérieurement » est une chose qui n'existe pas. Cela voudrait dire grâce à une discipline, cela signifierait « devenir libre au moyen d'une formule ». La formule ou le système ne fait que renforcer le conditionnement - de façons diverses -, et de liberté, il n'y en a aucune. La question est donc: est-il possible pour un esprit si lourdement conditionné d'être complètement affranchi de ce conditionnement, immédiatement, parce que autrement le conditionnement se poursuivra sous des aspects différents? Pouvons-nous partir de là?

On est né chrétien, catholique ; ou l'on appartient à une des nombreuses branches du protestantisme. On est conditionné dès l'enfance, on croit à un Sauveur, à des prêtres, à des rites, à un seul Dieu - vous savez tout ce qui s'ensuit. Ou bien vous êtes un communiste, élevé dans le communisme, conditionné par les paroles prononcées par Lénine ou Marx. Voyez-vous, je n'ai pu m empêcher de rire tout seul en voyant combien nous nous laissons facilement prendre au piège des mots. Le communiste substitue le mot « Lénine » et sa philosophie au mot « Jésus » et à sa philosophie. Nous nous laissons si facilement prendre au piège des mots. Nous sommes conditionnés et le défi, la crise de la conscience tout entière est que l'homme doit être libre ; autrement il se détruira lui-même.

L'esprit est-il capable de rejeter tout conditionnement de façon à être - véritablement, et non verbalement, théoriquement ni idéologiquement, mais véritablement - libre, complètement libre? Tel est l'unique défi, telle est la seule question, maintenant et à jamais. Si vous aussi en voyez l'importance, nous pouvons alors approfondir cette question de savoir si l'esprit est capable de se déconditionner. Pouvons-nous aller de l'avant maintenant, est-ce possible? Bien des choses sont sous-entendues dans cette question. Et tout d'abord, quelle serait l'entité qui pourrait déconditionner un esprit conditionné? Vous comprenez? Je désire me déconditionner, étant né hindou ou ayant été élevé dans telle ou telle partie du monde, impressionné par toutes les cultures, les livres, les revues, ce que les gens ont pu dire et ne pas dire, cette pression constante a donné une certaine tournure à mon esprit. Et je vois que cet esprit doit être totalement libre. Maintenant comment peut-il être libre? Existe-t-il une entité capable de l'affranchir? L'homme a dit: « Une telle entité existe » ; en Inde on la nomme atman, en Occident, l'âme ou la grâce de Dieu, ou ceci ou cela. Un principe qui, si l'occasion lui est fournie, pourra faire naître cette liberté. On laisse entendre que si je vis selon la justice, si j'accomplis certains actes, si je suis certaines formules, certains systèmes, certaines croyances, alors je serai libre. Donc, il est tout d'abord affirmé qu'il existe un principe ou un agent extérieur qui m'aidera à m'affranchir, qui affranchira mon esprit à condition que j'accomplisse toutes ces actions - d'accord? Mais « si vous accomplissez ces actions », c'est là un système, lequel va vous conditionner, et c'est justement là ce qui est arrivé. Les théologiens et les théoriciens et la plupart des gens religieux ont dit: « Faites toutes

ces choses, exercez-vous, méditez, dominez, forcez, supprimez, suivez, obéissez », et à la fin de tout cela quelque agent extérieur surgira, fera un miracle et vous serez libres ; vous voyez comme tout cela est faux, et pourtant chaque religion y souscrit de façons différentes. Donc, si vous voyez cette vérité, qu'il n'existe aucun agent extérieur, Dieu - tout ce que vous voudrez - qui pourrait affranchir un esprit conditionné, alors toute la structure des religions organisées, des prêtres avec leurs rituels, leurs marmonnements de paroles dépourvues de sens, des paroles toujours, tout cela n'a plus aucun sens. Deuxièmement, si vous avez véritablement rejeté tout cela, comment est-il possible de dissoudre ce conditionnement? Quelle est l'entité qui pourrait le faire? Vous avez rejeté l'agent extérieur, le sacré, le divin, tout cela, alors il faut qu'il y ait quelqu'un pour dissoudre? Alors quel est ce quelqu'un? L'observateur? le « je », le « moi », lequel est l'observateur? Nous allons nous en tenir à ce mot, l'« observateur », il nous suffit. Est-ce l'observateur qui va dissoudre le conditionnement? Lui dit: « Il faut que je sois libre, et par conséquent il me faut anéantir tout ce conditionnement. » Vous avez rejeté l'extérieur, l'agent divin, mais vous en avez créé un autre qui est l'observateur. Maintenant, l'observateur est-il chose différente de ce qu'il observe? S'il vous plaît, je vous en prie, suivez ceci. Vous comprenez? Nous nous sommes tournés vers un agent extérieur pour nous libérer - Dieu, sauveurs, maîtres, et ainsi de suite, gourous -, mais si vous avez rejeté tout cela, vous verrez que vous devez aussi rejeter l'observateur qui est un autre genre d' « agent ».

L'observateur est le résultat de l'expérience, du savoir, du désir d'être libéré de son propre conditionnement ; il dit: « Il faut que je sois libre. » Le « je » est l'observateur. Le « je » dit: « Je dois être libre. » Mais ce « je » est-il autre chose que la chose qu'il observe? Il dit: « Je suis conditionné, je suis nationaliste, je suis catholique, je suis ceci, je suis cela. » Le « je » est-il véritablement différent de cette chose dont il dit qu'elle est séparée de lui, et qu'il appelle son conditionnement?

Donc, l'« observateur », ce « je » - ce « je » qui dit: « Je suis différent de la chose dont je veux me débarrasser » - est-il réellement séparé de cette chose qu'il observe? D'accord? Y a-t-il deux entités séparées, l'observateur différent de la chose qu'il observe, ou n'existerait-il qu'une seule et même chose, l'observateur qui est la chose observée, la chose observée qui est l'observateur? (Est-ce que tout ceci devient par trop difficile?) Si vous en voyez la vérité, que l'observateur est la chose observée, il n'y a dès lors plus aucune dualité, et par conséquent plus de conflit (lequel, comme nous l'avons dit, est une perte d'énergie). Alors ne demeure que le fait ; ce fait que l'esprit est conditionné, et nous ne disons plus: « Je suis conditionné et je vais m'affranchir de mon conditionnement. » Et quand l'esprit voit la vérité de cela, alors il n'y a plus de dualité, il n'existe plus que cela - un état de conditionnement, un état conditionné, et rien d'autre! Pouvons-nous aller plus avant?

Donc, voyez-vous tout cela, pas comme étant une idée mais une réalité? Voyez-vous réellement qu'il n'existe que le conditionnement, et non pas « je » et le « conditionnement » comme étant deux choses différentes, le « je » exerçant sa « volonté » pour se débarrasser du « conditionnement », d'où conflit? Quand vous voyez que l'observateur est la chose observée, il n'y a plus de conflit du tout, vous éliminez complètement le conflit. Et alors, quand l'esprit voit qu'il n'existe plus qu'un état conditionné, que va-t-il se passer? Vous avez complètement éliminé cette entité qui devait exercer sa puissance, sa discipline, sa volonté, en vue de faire disparaître le conditionnement, ce qui signifie essentiellement ceci: que l'esprit a complètement éliminé le conflit.

Et maintenant l'avez-vous fait? Si vous ne l'avez pas fait nous ne pouvons pas aller plus loin. Voyez - pour exprimer les choses plus simplement -, quand vous voyez un arbre il y a l'observateur, celui qui voit, et la chose qui est vue. Entre l'observateur et la chose observée il existe un espace ; entre l'entité qui voit l'arbre et l'arbre, il y a un espace. L'observateur regarde l'arbre, il entretient différentes images ou différentes idées au

sujet des arbres ; et à travers ces images innombrables il contemple l'arbre. Est-il capable d'éliminer toutes ces images - botanique, esthétique, et ainsi de suite - de sorte qu'il puisse regarder l'arbre sans aucune image, sans aucune idée? Avez-vous jamais essayé? Si vous n'avez pas essayé, si vous ne le faites pas, vous ne pourrez pas approfondir ce problème beaucoup plus complexe, objet de notre investigation ; celui d'un esprit qui a toujours tout regardé comme étant lui-même l'« observateur », quelque chose de différent de l'objet qu'il observe, et par conséquent avec un espace, une distance entre lui-même en tant qu'« observateur » et la chose « observée » -tout comme vous avez un espace entre l'arbre et vous-mêmes. Si vous êtes capables de regarder un arbre sans aucune image, sans aucun savoir préalable, alors l'observateur est la chose observée. Ceci ne veut pas dire qu'il devienne l'arbre - ce serait par trop bête -, mais cela signifie que la distance entre l'observateur et la chose observée disparaît. Et il ne s'agit pas ici d'un état mystique, abstrait et merveilleux, cela n'implique pas que vous vous perdiez dans une extase quelconque.
Quand l'esprit rejette l'agent extérieur - le principe divin, mystique ou tout autre chose (lequel est évidemment l'invention d'un esprit qui s'est avéré incapable de résoudre le problème de l'affranchissement de son propre conditionnement) -, quand il a rejeté cet agent extérieur, il invente un autre agent, le « je », le « moi », l'« observateur », lequel dit: « Je vais me débarrasser de mon conditionnement. » Mais en fait il n'existe qu'un esprit, lequel se trouve dans un état conditionné ; et non pas la dualité d'un esprit qui affirme: « Je suis conditionné, il me faut être libre, il me faut exercer ma volonté pour dominer mon état conditionné » ; il n'existe plus que l'esprit conditionné. S'il vous plaît, écoutez très attentivement ce que je dis ; vous verrez, si vous écoutez véritablement avec attention, avec votre cœur, avec votre esprit, vous verrez ce qui se passera. L'esprit est conditionné - rien que cela! -, il n'existe rien d'autre. Toutes les inventions psychologiques
- les rapports permanents, la divinité, les dieux, tout le reste
- sont nées de cet esprit conditionné. Il n'y a que cela, il n'y a rien d'autre! Or, ceci est-il pour vous un fait? Telle est la question, et c'est véritablement une chose extraordinairement importante si vous y venez. Parce que, dans l'observation de ce conditionnement, de lui seulement et de rien d'autre, alors prend naissance le sentiment de la liberté - qui est l'affranchissement du conflit.
Voulez-vous que nous discutions - ou bien en avez-vous assez entendu pour ce matin?
Question : Voudriez-vous s'il vous plaît répéter les dernières phrases?
Krishnamurti : J'ai dit, à ce que je crois, que dès l'instant où vous ne voyez que cet état, que vous le connaissez complètement, que vous en avez pris conscience sans aucune nuance de choix, quand vous avez pris conscience de ce fait que l'esprit est totalement conditionné, vous commencerez à ressentir, à percevoir le goût ou la saveur de cet extraordinaire sentiment de liberté - vous commencerez -, mais vous ne le tenez pas encore, n'allez pas vous sauver avec un parfum ou une saveur.
Question : Si je dis: « Mon esprit est conditionné », alors ce « je » est lui-même un conditionnement et je ne sais pas ce qui reste.
Krishnamurti : Eh bien, c'est exactement cela. Si je dis: « Je suis conditionné », ce « je » est également conditionné, et qu'est-ce qui reste? Il ne reste qu'un état conditionné. Je vous en prie, voyez cela: qu'il n'existe qu'un état conditionné. Mais l'esprit y répugne ; il veut trouver un moyen de s'en sortir. Il ne dit pas: « Je suis conditionné, et je vais rester là où je suis tranquillement. » Tout mouvement que je pourrais faire - tout mouvement, conscient ou inconscient - est un mouvement du conditionné, n'est-ce pas? Ainsi, il n'y a aucun mouvement, seul un état conditionné. Si vous êtes capables de demeurer avec lui complètement - sans tomber dans la névrose, vous comprenez? - alors vous découvrirez. Mais vous allez dire: « Quelle est l'entité qui va découvrir? » Il n'y a aucune autre entité qui découvrira quoi que ce soit - la chose elle-même prendra naissance. (Je ne sais pas si vous suivez tout ceci.) L'esprit a toujours refusé de constater cet état implacable ; il est

conditionné dès l'enfance, dès les origines de sa vie, depuis des millions d'années, alors il cherche tous les moyens possibles de s'en sortir - les dieux, les systèmes, les philosophies, la vie sexuelle, le plaisir, les idées -, il fait tout au monde pour se sortir de cet état conditionné et il ne fait pas autre chose quand il affirme: « Il faut que je le transcende. » Donc, quelque mouvement que fasse un esprit conditionné, quelque mouvement qu'il suive, il reste conditionné ; par conséquent peut-on se demander: est-il capable de demeurer complètement avec le fait, le fait seul et rien d'autre? Vous comprenez? Demeurer là, ayant rejeté tout le système des gourous, des maîtres, des instructeurs, des sauveurs - vous savez -, toutes ces choses que l'homme a inventées dans l'idée d'être libre.

Saanen, le 11 juillet 1968

Saanen, le 14 juillet 1968

4ème Entretien

Il me paraît si important de comprendre et d'être dans un état où l'esprit est complètement religieux! Un tel esprit est capable de résoudre tous nos problèmes, et non pas de façon abstraite ni théorique. Un esprit religieux n'est ni alourdi par aucune idéologie, aucun dogme, aucune affirmation. Mais il est tourné vers les faits, vers ce qui existe, et ceci avec le souci de le transcender.

Notre conscience est conditionnée, par notre éducation, par différents états hérités ou acquis, par différentes contradictions et par le conflit des opposés ; telle est notre conscience. Il me paraît assez évident que cet état conditionné de l'esprit ne peut être découvert par chacun de nous que s'il s'observe objectivement. Se voir soi-même objectivement est une des choses les plus difficiles à faire, se voir tels que nous sommes réellement, indépendamment de toute théorie, de tout désespoir ou de toute espérance, de toute exigence, de toute opinion - simplement nous voir. Je ne peux pas m'imaginer comment on peut aller au-delà de ce cercle étroit et limité dans lequel nous vivons, à moins de s'observer ainsi.

Comment peut-on susciter cet état de lucidité intérieure qui nous permet de voir ce qui se passe réellement en nous-mêmes, sans aucun biais, sans aucun postulat névrosé ; de prendre conscience, sans choix, de ce qui se passe véritablement? Je ne sais pas si vous avez jamais essayé (non pas selon les dictats de la psychanalyse) d'examiner en vous-mêmes chaque pensée, chaque sentiment ; de remonter à la source de chacune de ces pensées et de ces sentiments ; de voir par l'observation de notre comportement la cause, le mobile et les différentes couches (si l'on peut utiliser ce mot) de l'esprit, de notre conscience. Mais tout ceci nous prendrait trop de temps et ne nous mènerait nulle part, car le processus analytique implique qu'existe un analyseur, et celui-ci est conditionné, par conséquent tout ce qu'il examinera sera de même conditionné et aperçu à travers l'écran du conditionnement ; c'est là une faille évidente du processus analytique. Il faut cependant qu'existe une façon totale de nous regarder, sans passer par tous les dédales de l'analyse introspective. Il doit forcément exister un état, un regard, un point de vue qui puisse révéler le contenu tout entier de notre conditionnement. Je ne sais pas si vous vous êtes jamais posé cette question, et dans ce cas comment y répondrez-vous? Vous comprenez le problème? Les êtres humains sont conditionnés, tous leurs modèles de comportement, leurs activités, leurs agressivités, leurs points de vue contradictoires, leurs haines et leurs amours, leurs plaisirs et leurs souffrances, leurs expériences et leurs désespoirs, cette lutte constante qui se poursuit dans notre champ de conscience, l'invention des dieux, des croyances, des credos, tout cela est le produit de cet esprit conditionné. Nos nationalités, les divisions entre les peuples, divisions raciales et autres sont le résultat de notre éducation et de l'influence d'une société que nous avons construite ; donc, nous voilà tels que nous sommes, c'est là le champ de notre conscience, si évidemment conditionnée. Comment être libéré, complètement, d'un tel état, de sorte que n'existe plus aucun conflit d'aucune espèce? Le conflit, la lutte, le combat, tout cela est une perte d'énergie. Toute notre vie se passe ainsi, un désir se dressant contre un autre, une exigence, une poussée, un instinct sans cesse contredits par un autre. Telle est notre vie, et l'homme se demande s'il est possible de s'en sortir complètement, et dans ce cas comment. Est-ce en aucune mesure possible?

Nous disions que les systèmes, les philosophies et les religions n'ont pas libéré l'homme ; il est toujours maintenu dans cette prison qu'est devenue sa conscience et où il ne règne aucune liberté. Il est comme un prisonnier vivant entre quatre murs et se disant libre. Il n'est pas libre, il peut circuler dans la cour de sa prison, mais la liberté est quelque chose de complètement différent, elle ne se trouve qu'en dehors de la prison. Voyant ces rapports humains si enchevêtrés dans leur ensemble, ce complexe du conditionnement, de la lutte, de la bataille, de la peur de la mort, de la solitude, du

désespoir, cette absence d'amour, cette brutalité, cette agressivité dont nous faisons tous partie, est-il possible de les dépasser entièrement et d'en être affranchis? Pour cela, aucun agent extérieur ne peut nous aider, l'agent extérieur est encore une invention de l'esprit conditionné, la nouvelle idéologie d'un esprit incapable de trouver un moyen de s'en sortir, et qui par conséquent affirme la vérité absolue d'un credo. Maintenant, si vous rejetez tout cela, il demeure ce simple fait que l'esprit est entièrement conditionné (l'esprit conscient aussi bien que ses couches inconscientes plus profondes). Quand on s'en rend compte, que se passe-t-il alors véritablement? Si je sais profondément que tout ce que je fais, de quelque mouvement de la pensée, de quelque effort qu'il s'agisse, que tout cela se passe dans les limites de ce conditionnement, alors que se passe-t-il vraiment? Vous comprenez ma question? Je vois avec lucidité comment mon esprit, les cellules cérébrales elles-mêmes si compliquées, je vois que tout cela est lourdement chargé par le passé, les souvenirs, l'expérience, le savoir, la tradition, avec des systèmes de comportement qui ont été adoptés au nom de la loi et de l'ordre, et le tout imprégné d'agressivité, d'assassinats réciproques, de la destruction par paroles, gestes ou actions. Je vois comment tout cela nous isole. Eh bien, maintenant, comment ai-je pris conscience de cet état de choses? En suis-je conscient intellectuellement? (Je vous en prie, suivez ceci avec moi jusqu'au bout, avec l'orateur, ne vous contentez pas d'écouter, simplement d'entendre, mais faites-le réellement.) Comment ai-je conscience de ce fait? Je dois me demander ce que j'entends par « prendre conscience » ou: « Comment est-ce que j'observe mon conditionnement? » Très évidemment, quand je regarde, ou bien je contemple ce que je vois, ou je le juge, je le justifie, je l'accepte comme étant inévitable.
(S'il vous plaît, faites ceci vous-mêmes. Participez-vous aux paroles qui sont prononcées? Sinon, il n'y a aucune communication entre vous et l'orateur, et nous ne pouvons pas aller plus loin. Mais si nous pouvions le faire ce serait alors une découverte non pas individuelle, mais une découverte, une compréhension, une perception humaine totale, et non pas limitée.)
Donc, qu'entendons-nous par une prise de conscience, par lucidité? Je prends conscience de ce que je suis conditionné - c'est un fait, j'en suis conscient, je le vois lucidement, je le sais ; qu'est-ce que cela veut dire? Existe-t-il une séparation entre cette prise de conscience et son objet? Suis-je conscient de mon conditionnement en tant qu'observateur extérieur qui guette? On « sait » qu'on est agressif, en paroles, en sentiments, en actions. Est-ce perçu comme quelque chose que l'on sait, ou bien sommes-nous en communication avec le fait, non pas comme un observateur regardant de l'extérieur, mais existe-t-il une communion établie entre l'entité qui prend conscience et l'objet dont il est conscient? Vous comprenez? Il me paraît très important de saisir ce point. Quand je dis: « Je sais », « Je sais que je suis conditionné », ces mots « je sais » sont des mots très compliqués. Vous avez déjà observé votre propre conditionnement, vous avez appris certaines choses à son sujet et vous dites: « Je sais. » Et ainsi, quand vous dites: « Je sais », c'est parce que vous avez déjà recueilli certaines notions à ce sujet, et c'est à partir de ces notions que vous regardez. Mais la chose, le conditionnement ont forcément changé entre-temps, ils changent. Il est par conséquent extrêmement dangereux de dire: « Je sais. » Dire: « Je vous connais », dire - ce qui est absurde - « je connais ma femme, mon mari, mes enfants, mon politicien, mon Dieu » (c'est l'ultime chose à savoir, celle-là!) -, quand vous dites: « Je vous connais », vous voulez dire que vous connaissez votre femme, ou votre mari, ou votre ami tels qu'ils furent il y a deux ou trois jours. Mais entre-temps cet ami, ce mari ou cette femme ont changé. Donc, dire: « Je sais » est une erreur - si je peux me servir de ce mot. Et votre savoir vous empêche de regarder - d'accord? Et maintenant, suis-je capable de regarder indépendamment de toute expérience antérieure, indépendamment de tout savoir, de regarder avec fraîcheur, à partir d'un point de vue neuf? La vie est une série d'expériences - conscientes ou inconscientes -, ces expériences, les diverses formes d'influence, les idées, la propagande, tout cela se déverse en nous, laissant chacune sa

trace. C'est avec ces différentes blessures, ces marques, ces souvenirs, ce savoir que je regarde ; ainsi, mon regard est toujours entaché, il n'est jamais clair. Suis-je capable de me regarder moi-même avec des yeux que l'expérience n'a jamais souillés? Je vous en prie, suivez ceci et faites-le ; faites-le et vous verrez quelque chose. Si je m'observe avec les yeux de l'expérience, avec ces yeux qui ont regardé tant de choses par lesquelles je suis passé - tant de tragédies, de pensées, de désespoirs, de tristesses -, alors ces yeux sont incapables de voir quoi que ce soit clairement. L'esprit peut-il être affranchi de tout le passé afin de regarder?

L'esprit peut-il voir son propre conditionnement avec lucidité, peut-il le regarder sans aucune déformation, sans aucun biais? Tel est le problème. Est-il possible de regarder n'importe quoi, l'arbre, le nuage, la fleur, l'enfant, le visage d'une femme ou d'un homme, comme si vous regardiez pour la première fois? Telle est véritablement la question centrale - la véritable liberté du regard.

La liberté consiste à être affranchis de toute la profondeur du passé. Le passé, c'est la culture dans laquelle nous avons été élevés, les influences économiques et sociales, les tendances qui sont particulières à chacun de nous, les impulsions, les dogmes religieux, les croyances, tout cela, c'est le passé ; et avec ce passé nous nous efforçons de nous voir nous-mêmes, et pourtant nous-mêmes, c 'est le passé.

Il existe deux sortes de liberté, n'est-il pas vrai? Il y a être libre de quelque chose - je suis libre de la colère, supposons-le -, mais la liberté de quelque chose est une réaction, et très évidemment ce n'est pas la liberté. Être libre ou affranchi de sa nationalité n'a aucun sens ; un homme très intelligent est affranchi de ce poison-là ; mais ceci ne constitue pas du tout la liberté. Il existe une autre liberté, un état de l'esprit où n'existe plus aucun effort. Une telle liberté est amour ; ce n'est plus comme quand vous dites: « Il me faut apprendre à aimer, à m exercer à l'amour », « Je déteste les gens mais je vais m'efforcer d'aimer », ce n'est pas là de l'amour. La liberté est un état de l'esprit dans lequel l'amour existe, mais il n'est pas l'opposé de la haine, de la jalousie, de l'agressivité. Quand il s'agit d'opposés et que nous essayons d'être libérés de l'un pour atteindre l'autre, cet autre a sa racine même dans son propre opposé - d'accord? Il est impossible de comprendre la liberté au moyen du conflit.

Revenons à la question - qu'est-ce que prendre conscience? Sommes-nous conscients de cet arbre, de ce nuage, de l'herbe verte étincelante chaque matin ; existe-t-il une prise de conscience de toutes ces choses, un état dépourvu d'aucun choix, où n'interviennent ni la pensée ni le savoir qui sont des agents de morcellement? Nous parlions l'autre jour de regarder un arbre, un nuage, ou tout autre chose, sans qu'existe un espace interstitiel ; l'avez-vous fait? Regarder votre femme, ou votre mari, ou votre ami, ou votre amie, sans l'image ; avez-vous jamais essayé? Avez-vous vu ce que cela implique, vu si vous pouvez laisser tomber toutes ces implications afin de pouvoir regarder? Je crois qu'il est très important de comprendre ceci, c'est la clef de toute la question. Quand il n'y a pas de séparation entre l'observateur et la chose observée, il n'y a pas de conflit et par conséquent il y a action immédiate. J'ai conscience d'être en colère ; l'observateur, s'il est isolé, voit cette colère comme quelque chose de distinct de lui-même, d'extérieur à lui-même. Quand existe cette division entre l'observateur et la chose observée, l'observateur dit: « Il faut m'en débarrasser », « Il faut l'anéantir », ou « Il faut la comprendre, il faut que j'en voie la cause ». Tout cela est conflit, trouble, contrôle, suppression, on se laisse aller ou on raisonne à ce sujet, on justifie, et ainsi de suite, tout cela, c'est un gaspillage d'énergie à cause du conflit que cela implique. Mais quand l'observateur se rend compte de ce qu'il est lui-même la chose observée, quand il voit alors qu'il est la colère (quand il ne voit pas sa colère et lui-même comme étant deux choses séparées) ; quand il voit qu'il est lui-même la colère, il n'y a pas alors de gaspillage d'énergie. Que se passe-t-il, que se passe-t-il vraiment à ce moment-là? Je vois que je suis en colère - c'est un état que vous connaissez tous -, je ne suis pas distinct de la colère, je suis la colère, j'en suis conscient, il n'y a pas de division -, alors que se

passe-t-il? Quand il n'y a aucun effort, aucune lutte, aucune contradiction, il ne demeure qu'une seule chose, ce qui est véritablement. Or, ce qui est véritablement, c'est moi-même (l'observateur qui se figurait être différent de la chose observée). Et il ne reste plus que ce fait, la colère, la jalousie, ou tout autre chose ; tout le mouvement des pensées contradictoires a pris fin. Par conséquent ne demeure que la perception, une vision où il n'y a pas de division, aucune contradiction, et un nouvel état d'énergie prend naissance. Ce nouvel état d'énergie dissipera complètement le fait.

Il nous faut beaucoup d'énergie ; regarder un arbre sans cet espace, sans cette division, sans celui qui voit et la chose qui est vue, pour cela il faut une grande énergie dans l'attention et aussi un sentiment de liberté. La liberté et l'attention vont de pair, c'est là l'amour, c'est là cette qualité d'attention où l'observateur n'existe pas.

Je me demande si tout ceci résonne en vous. J'ai parlé pendant quarante-cinq minutes - je me demande ce que vous en avez retiré. Pourriez-vous me dire ce que véritablement vous avez appris, non pas pour le confier à votre mémoire, non pas pour recueillir quelques idées, quelques explications, mais ce que véritablement vous avez dans la main après avoir écouté pendant une cinquantaine de minutes?

Question : Voir ainsi, est-ce une force explosive?

Krishnamurti : Je me demande pourquoi vous me posez la question - découvrez par vous-même. Voyez-vous, monsieur, je me demande comment nous pouvons communiquer l'un à l'autre tout ce que ceci comporte de sérieux. Vous vous êtes donné beaucoup de mal pour venir ici, beaucoup de mal, vous avez dépensé beaucoup d'argent et vous écoutez pendant une heure le matin trois fois par semaine, et à la fin de l'été, après dix causeries, ou deux causeries, que tenez-vous dans la main?

Question : C'est difficile à mettre en paroles.

Krishnamurti : « C'est difficile à mettre en paroles » - c'est difficile? Est-on sorti d'un seul coup de toute cette misère de la vie, est-on affranchi de tout le gâchis qui est en nous?

Question : (Incompréhensible.)

Krishnamurti : Madame, il ne s'agit pas ici d'une confession - pour l'amour de Dieu, n'en venons là. Il ne s'agit pas de nous exposer l'un à l'autre en disant que nous avons avancé de tant - ce serait trop bête. Ce que nous demandons est ceci: avons-nous communiqué ensemble - existe-t-il une communion entre l'orateur et vous-même sur quelque sujet que ce soit? Si vous dites à quelqu'un: « Je vous aime », ces quelques paroles suffisent, vous avez véritablement communiqué quelque chose que vous ressentez très profondément, quelque chose de très réel qui n'est pas simplement des paroles. Et si nous pouvons l'exprimer ainsi, existe-t-il un amour qui est en fait un état de communion - qui n'est ni sentimentalité, ni émotivité, ni aucune de ces fadaises, mais une liberté, un amour, qui font de vous des êtres humains entièrement différents? Après tout, c'est là le sens de cette réunion, ébranler les bases mêmes de notre être, nous permettant ainsi de découvrir quelque chose qui soit d'une dimension entièrement différente. Nous pouvons nous tromper, nous nous trompons probablement, mais si cela nous arrive nous le voyons immédiatement, nous le rejetons, nous ne restons pas à barboter dans nos erreurs. Je ne sais pas si vous suivez tout ceci. Voyez, messieurs, nous avons une énorme tâche à accomplir ensemble, une grande responsabilité, le monde est dans un chaos terrifiant, un état effrayant, et quand nous nous quitterons, il nous faudra être des hommes et des femmes entièrement différents, responsables, capables de créer un monde différent. Autrement dit, nous devons être des révolutionnaires dans ce sens qu'une révolution intérieure profonde doit se produire en nous.

Saanen, le 14 juillet 1968

Saanen, le 16 juillet 1968

5ème Entretien

Je me demande si vous vous êtes jamais posé une question fondamentale ; une de ces questions qui de leur fait même indique une certaine profondeur chez un esprit sérieux ; une question dont la réponse ne doit rien à personne d'autre, n'est inspirée par aucune philosophie, aucun instructeur, et ainsi de suite. Et ce matin, je voudrais poser une de ces questions graves et fondamentales.

Existe-t-il une action juste qui soit juste dans toutes les circonstances, ou bien n'existe-t-il que l'action, ni juste ni injuste? L'action juste varie selon les individus, selon les différentes circonstances dans lesquelles on se trouve. L'individu dressé contre la communauté, l'individu qui est un soldat, celui-là pourrait demander: « Quelle est l'action juste? », et pour lui l'action juste serait évidemment - puisqu'il se trouve au front - de tuer. Et l'individu dans sa famille - pris entre les quatre murs de l'idée du mien, ma famille, ma fortune - pour lui, il existe une action juste ; et l'homme d'affaires dans son bureau, pour lui aussi, il existe une telle action. Vue sous ce jour, l'action juste donne naissance à une opposition, l'action individuelle s'opposant à l'action collective. Chacun soutient que son action est juste ; l'homme religieux, imbu de ses croyances et de ses dogmes exclusifs, poursuit ce qu'il considère être une action juste, se distinguant ainsi du non-croyant, de celui qui pense ou qui sent le contraire de lui. Il y a encore l'action du spécialiste qui travaille selon les dictats d'un certain savoir spécialisé, et lui aussi dit: « Telle est l'action juste. » Il y a les politiciens avec leurs actions bonnes ou mauvaises - les communistes, les socialistes, les capitalistes, et ainsi de suite. Ainsi coule ce fleuve de la vie, vie des affaires, vie politique, vie religieuse, vie de famille, et encore la vie où existent la beauté, l'amour, la bonté, la générosité, et ainsi de suite.

On se demande - en regardant toutes ces actions fragmentaires qui engendrent leur propre opposé -, voyant tout cela, on se demande: « Quelle pourrait être une action juste dans toutes les circonstances? » Ou bien encore: « N'existerait-il que l'action, qui n'est ni bonne ni mauvaise? » - affirmation difficile à énoncer ou à croire, parce que c'est évidemment une action mauvaise que de tuer, c'est évidemment une action mauvaise quand, enchaîné par un dogme particulier, on agit conformément à ce dogme.

Il y a encore des gens qui, voyant tout ceci, disent: « Nous sommes des activistes, nous ne nous intéressons en aucune façon aux philosophies, aux théories, aux différentes idéologies hypothétiques, nous nous intéressons à l'action, à ce que l'on fait. » Et puis, il y a ceux qui se retirent de toute activité dans des monastères, ou qui se retirent en eux-mêmes pour se perdre dans quelque paradis de leur propre mouture, ou encore qui passent des années à méditer, se figurant ainsi trouver la vérité à partir de laquelle ils se proposent d'agir.

On observe tous ces phénomènes - les actions fragmentaires et contradictoires de ceux qui disent: « Nous avons raison », « Ceci est l'action juste », « Ceci va résoudre les problèmes du monde », et qui, ce disant, créent, consciemment ou inconsciemment, des activités contraires à leurs propres intentions et donnant naissance ainsi aux éternelles divisions, aux attitudes agressives - et alors on se demande: « Que doit-on faire? »

Que doit-on faire dans un monde vraiment épouvantable et brutal, un monde où règnent une telle violence, une telle corruption, où l'argent, l'argent, et encore l'argent a pris une importance si effarante, un monde où chacun est prêt à sacrifier les autres, étant lui-même à la poursuite de la puissance, la situation sociale, le prestige, la célébrité ; où chaque homme est assoiffé, luttant pour s'affirmer, pour s'accomplir, pour être quelqu'un? Que peut-on faire? Que doit-on faire? Je ne sais pas si vous vous êtes posé cette question: « Que dois-je faire, moi qui vis dans ce monde, qui vois tout ceci étalé devant moi, la misère, l'immense souffrance que l'homme inflige à son prochain, la souffrance profonde que l'on subit, l'anxiété, la peur, le sentiment de culpabilité, l'espoir et la désespérance? » Si l'on voit tout cela avec quelque lucidité, on doit forcément se

demander: « Que dois-je faire, moi qui vis dans un tel monde? » Quelle réponse donneriez-vous à cette question? Si vous vous la posez avec sérieux, avec gravité, elle revêt un caractère extraordinaire d'intensité et d'actualité. Qu'allez-vous répondre à ce défi? On peut voir que l'action fragmentaire, celle dite « juste et bonne », conduit à la contradiction, à l'opposition, à la séparativité ; c'est là l'objet de la recherche de l'homme, cette action « juste », il lui a donné le nom de moralité, il s'est conformé à un modèle de comportement, tout cela constitue un système dont il est prisonnier et par lequel il est conditionné ; pour lui il existe une action juste et une action mauvaise, lesquelles à leur tour engendrent de nouvelles contradictions, de nouvelles oppositions. Et alors on se demande: « Existe-t-il une action qui ne soit ni bonne ni mauvaise, ni juste ni injuste - qui ne soit qu'action? »
S'il vous plaît, ne vous contentez pas d'entendre une suite de paroles et d'idées avec lesquelles vous vous sentez d'accord ou au contraire en désaccord, que vous acceptez ou que vous rejetez. C'est un problème si grave qui est en jeu ; comment vivre une vie non fragmentaire, une vie qui ne soit pas compartimentée: publique, famille, affaires, religion, distractions, sérieux - vous connaissez notre vie qui est constamment morcelée. Comment vivre une vie qui soit totale et entière? J'espère que vous vous posez la même question à vous-mêmes ; si c'est le cas, nous pouvons pousser ensemble plus avant, nous pouvons communiquer, être en communion réelle les uns avec les autres en ce qui concerne cette question si fondamentale, si grave.
En Orient ils ont leurs propres normes de comportement ; ils disent: « Nous autres brahmanes, nous avons raison, nous sommes au-dessus des autres, nous sommes ceci, nous sommes cela, nous savons. » Ils affirment leurs dogmes et leurs croyances, insistant sur leur moralité, leur façon de se comporter, tout cela en opposition avec d'autres, ils se « tolèrent » ou bien se massacrent les uns les autres sous le moindre prétexte. Alors, nous demandons: « Existe-t-il une vie d'action, d'action qui n'est jamais fragmentaire, exclusive, séparative? » Comment allons-nous la découvrir? Est-ce un objet que l'on peut trouver en s'aidant d'explications verbales - ou d'indications inspirées par un autre que nous? Allez-vous découvrir quoi que ce soit parce que vous-mêmes, n'ayant jamais agi d'une façon complète, êtes si las, si épuisés, ayant le cœur brisé et que, dans votre lassitude et dans votre désespoir, vous êtes assoiffés de trouver une autre existence? Il nous faut donc sentir très clairement quel est notre mobile profond, celui qui nous pousse à poser cette question. S'il existe en nous un mobile d'aucune espèce, la réponse sera tout à fait vaine et dépourvue de sens - parce que c'est le mobile qui dicte la réponse. Cette question doit être posée sans mobile, parce que alors seulement, la vérité est possible à trouver, la vérité de n'importe quel sujet. Donc, en posant cette question il nous faut découvrir notre mobile. Et s'il existe un tel mobile - on voudrait être heureux, on voudrait voir la paix régner dans le monde, on a lutté si longtemps -, si ce mobile qui nous pousse à rechercher une action complète est notre propre lassitude, notre désespoir, nos aspirations diverses, notre soif d'évasion ou d'accomplissement, alors la réponse inévitablement sera très limitée. Il faut donc être véritablement lucide en se posant cette question. Mais si vous êtes capables de vous la poser sans aucun mobile, alors vous êtes libres de regarder - vous comprenez?, vous êtes libres de découvrir, vous n'êtes pas liés à une exigence particulière, à une pulsion particulière. Pouvons-nous maintenant aller plus loin? Parce que c'est une chose très difficile que d'être libre de tout mobile.
Donc quelle est cette action qui n'est ni fragmentaire, ni bonne ni mauvaise, qui n'engendre aucune opposition, une action qui n'est pas dualiste - je vous en prie, suivez tout ceci -, une action qui n'engendre ni conflit ni contradiction?
Et maintenant, vous étant posé cette question dans un esprit sérieux et réfléchi, comment vous proposez-vous de découvrir la réponse? C'est vous qui devez la découvrir. Personne ne peut vous remplacer, ce ne serait pas alors votre propre découverte, ce ne serait pas une chose sur laquelle vous avez débouché parce que ayant regardé avec

lucidité, et par conséquent une chose qui ne pourrait jamais vous être enlevée, ni détruite par aucune circonstance. Quand cette question a été posée, il se pourrait que le mental, avec tous ses calculs, son habileté - ayant recueilli toutes les données, toutes les circonstances, constatant que toute action contradictoire engendre le conflit et par conséquent la souffrance -, il se pourrait qu'il affirme: « Voici comment je vais agir », et de ceci il peut faire un principe, un modèle, une formule conformément à laquelle il se propose de vivre ; mais, dès cet instant, vous allez vivre selon une formule tout comme vous l'avez fait jusqu'alors, et désormais vous engendrez de nouveau la contradiction, vous imitez, vous suivez, vous obéissez. Vivre conformément à une formule, à une idéologie, à une conclusion prévisible, c'est vivre une vie d'adaptation, d'imitation, de conformisme, et par conséquent une vie d'opposition, de dualité, de conflit et de confusion sans issue. Non, ce n'est pas le mental qui peut donner une réponse à cette question, pas plus que la pensée. La pensée - si vous avez considéré la question profondément en vous-mêmes -, la pensée est toujours divisée, jamais elle ne peut créer l'unité dans l'action ; elle peut entraîner une action « intégrée », mais toute action qui est le résultat d'un processus d'intégration dû à la pensée entraînera inévitablement une activité contradictoire.

On peut apercevoir le danger de la pensée, la pensée qui est une réaction de la mémoire, de l'expérience, du savoir accumulé, des convictions et ainsi de suite ; on peut voir que la pensée, réaction du passé, est capable de projeter une formule de vie et de se contraindre à obéir à cette formule idéologique-ment engendrée. Et l'on voit que tout ce processus implique un conflit intérieur, parce qu'il est imprégné de l'idée de bien et de mal, de ce qui est vrai ou faux, de ce qui devrait être et qui n'est pas, de ce qui aurait pu être et ainsi de suite, et ainsi de suite. Donc, si l'esprit en se posant cette question peut être quitte de tout mobile, du danger des perceptions intellectuelles, du conformisme à une idéologie qu'il a lui-même inventée, dès lors il est en droit de poser cette question, qui alors recevra une réponse entièrement différente.

Est-il possible de vivre d'une façon si complète, si totale, si entière qu'il n'existe plus d'action fragmentaire? Si on veut bien l'observer, la vie est action ; tout ce que vous faites, ce que vous pensez, tout ce que vous ressentez est action. La vie est un mouvement, un mouvement éternel, qui n'a ni commencement ni fin ; mais nous l'avons morcelée: le passé, le présent et l'avenir, le vivre et le mourir, l'amour et la haine, les nationalités. Et nous demandons: existe-t-il une manière de vivre - non pas dans le domaine de l'imaginaire, mais réellement, à chaque minute de la vie quotidienne -, une manière de vivre où n'existe aucune contradiction, aucune opposition, aucun morcellement, où l'existence même est une action complète?

Vous êtes-vous jamais demandé ce qu'est l'amour? Est-il cette torture que nous connaissons? Il est peut-être plein de beauté dans ses débuts quand vous dites à quelqu'un: « Je vous aime », mais bien vite il se détériore, se perdant dans une série de rapports pleins de calculs, de possessivité, de domination, entraînant la haine, des anxiétés jalouses, la peur. Un tel amour est fait de plaisirs et de désirs, le plaisir de la vie sexuelle, la poussée du désir entretenue et nourrie par la pensée qui remâche perpétuellement ce plaisir jour après jour ; c'est à cela que nous donnons le nom d'amour. Et l'amour de la patrie, l'amour de Dieu, l'amour du prochain, tout cela n'a aucun sens, c'est un brassage d'idées. Quand nous parlons d'amour de notre prochain, à l'église ou au temple, il n'y a rien derrière nos paroles, nous sommes des hypocrites, parce que le lundi matin nous détruisons notre prochain dans nos affaires, par la concurrence, par la volonté d'atteindre une meilleure situation, de disposer d'une plus grande puissance et ainsi de suite, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Tel est l'amour à 1'égard des choses particulières, dans la famille ou même en dehors de ce cercle ; la possessivité, posséder ma femme, mon mari, mon enfant, les dominer, ou bien les lâcher parce que je suis trop occupé, j'ai mes affaires, j'ai d'autres intérêts, j'ai... Dieu sait quoi d'autre, et ainsi il n'y a pas de foyer ; et là où il existe un foyer il y a cette lutte constante

de possessivité, de domination, de peur, de jalousie, cette volonté de s'accomplir dans sa famille, dans sa vie sexuelle - à tous ces phénomènes nous donnons le nom d'amour ; je ne crois pas qu'il y ait là d'exagération, c'est un fait que nous constatons ; cela peut nous être pénible mais c'est comme ça. Dans cet amour il existe encore l'action bonne ou mauvaise, laquelle engendre diverses formes de conflit. Tout cela est-il de l'amour - ce que nous acceptons comme étant de l'amour, et qui est devenu partie de notre nature. Instinctivement nous jetons un manteau pour recouvrir cette structure, mais quand vous regardez la chose avec sérieux et objectivité, avec des yeux lucides - est-ce là de l'amour? Très évidemment pas. Et prisonniers comme nous le sommes du modèle de comportement que nous partageons avec la société créée depuis des siècles, nous sommes incapables de le briser, nous ne savons pas que faire et ainsi surgit le conflit entre l'amour bon et l'amour mauvais, entre ce qui devrait être et ce qui est. Toute la « moralité » de cette structure est en réalité immorale ; nous le constatons, et nous imaginons une nouvelle idéologie et créons ainsi un nouveau conflit par notre opposition à cette immoralité. Alors, qu'est-ce que l'amour - non pas votre opinion, ni les conclusions auxquelles vous aboutissez, ni ce que vous en pensez -, qui se soucie des idées que nous pouvons avoir là-dessus? Vous ne pouvez découvrir ce que c'est que quand vous avez complètement balayé toute la structure de la jalousie, de la domination, de la haine, de l'envie, du désir de posséder - toute sa structure de plaisir.
Le plaisir est une chose qu'il faut approfondir. Nous n'allons pas dire que le plaisir est bon ou mauvais, ce qui nous conduirait à diverses conclusions et par conséquent à des oppositions. Mais pour la plupart d'entre nous, l'amour est étroitement lié au plaisir - sexuel et autre. Et si l'amour est plaisir, alors l'amour est souffrance ; et quand il y a souffrance, y a-t-il amour? Logiquement, il n'y en a pas, et pourtant nous persistons dans cette façon de l'envisager jour après jour. Peut-on tout briser de cette structure, de cette tradition, de cette chose qui nous lie et découvrir, découvrir comme par accident cet état d'amour qui n'est rien de tout cela - il est au-delà, hors de cette tente, il n'est pas dans la tente, en nous-mêmes. Existe-t-il une façon de vivre qui soit en elle-même la beauté de l'action et de l'amour? Là où il n'y a pas d'amour, il y a toujours l'action bonne ou mauvaise qui engendre un état de conflit, de contradiction et d'opposition. Il n'existe qu'une action vraie qui naît de l'amour ; aucune autre action n'existe qui ignore la contradiction et n'engendre jamais le conflit. Vous savez, l'amour est à la fois agressif et non agressif - n'allez pas vous méprendre là-dessus -, l'amour n'est pas une chose mollement pacifiste, douceâtre, qui se retranche à la cave ou au paradis ; quand vous aimez, vous êtes pleins de vitalité, d'élan, d'intensité, d'action immédiate. Donc, nous est-il possible à nous autres êtres humains de connaître cette beauté de l'action qui est amour? Ce serait tout à fait extraordinaire si nous tous, qui nous trouvons ici, dans cette tente, pouvions découvrir cette chose - non pas comme une idée, comme pouvant être atteinte par quelque spéculation de la pensée - et que véritablement et à partir d'aujourd'hui nous pouvions pénétrer dans une dimension autre et vivre d'une vie entière, sacrée ; telle est la vie religieuse, il n'y en a pas d'autre, pas d'autre religion. Une telle vie répond à tous les problèmes, parce que l'amour est une chose extraordinairement intelligente et pratique, connaissant la forme de la sensitivité la plus sublime - et puis aussi, c'est une vie où règne l'humilité. C'est la seule chose dans la vie qui soit importante ; on y trempe, ou on n'y trempe pas. Si nous pouvions tous pénétrer dans ce domaine naturellement, aisément, sans effort, sans conflit, nous vivrions alors une vie autre, une vie de la plus grande clarté, de la plus grande sagesse, de la plus grande intelligence ; c'est cette clarté qui est sa propre lumière, cette clarté qui résout tous les problèmes.
Question : Est-ce que cela veut dire qu 'on ne fait aucun projet?
Krishnamurti : Hélas, je ne le pense pas. Il m'a bien fallu faire un projet quand je me suis levé ce matin pour venir ici ; vous devez faire un projet d'avance si vous vous proposez de prendre un train. Voyez-vous, l'intelligence répondra à de telles questions ;

ayant jusqu'à présent vécu une vie toute faite d'imitation, d'acceptation, d'obéissance, de conformisme à une formule, quand tout ceci vous est enlevé brusquement - ou bien de vous-mêmes vous le rejetez parce que vous en voyez l'absurdité -, vous êtes perdus et vous dites: « Mon Dieu, va-t-il falloir faire ceci ou cela? » - et alors que se passe-t-il? Tandis que, si avec un regard « intime » vous observez véritablement la structure, la formule, le système dans lequel vous vivez, si vous le voyez, si vous le sentez, si vous en goûtez la saveur, alors de cette observation surgit l'intelligence et cette intelligence agira - cette intelligence par sa nature même est libre.

Saanen, le 16 juillet 1968

Saanen, le 18 juillet 1968

6ème Entretien

Quand nous avons cessé de parler l'autre jour, nous étions sur le point d'aborder la question du plaisir. S'agissant d'explorer ce facteur très important de la vie, nous avons encore à comprendre ce que c'est que l'amour et à découvrir ce que c'est que la beauté. Ce sont donc trois questions qui se posent à nous: le plaisir, la beauté sur laquelle nous avons beaucoup à dire et à sentir, et il y a l'amour - ce mot qui a subi tant de souillures. Nous nous proposons de les approfondir, pas à pas, avec une certaine diligence et cependant en tâtonnant, parce que c'est un champ si vaste de notre existence humaine que recouvrent ces trois choses. Et pour aboutir à n'importe quelle conclusion, pour affirmer: « Ceci est le plaisir » ou « On ne devrait pas rechercher le plaisir » ou « Ceci est l'amour », « Ceci est la beauté », tout cela me paraît exiger une compréhension absolument claire et un sentiment profond de la beauté, de l'amour et du plaisir. Si donc nous voulons procéder avec sagesse, il nous faut éviter toute formule, toute conclusion, toute idée préconçue quand il s'agit d'un sujet aussi profond. Ce n'est donc pas une affaire d'activité intellectuelle, ni de définition verbale, ni de sentiment mystique, vague ou parapsychologique, qui nous permettra d'entrer en contact avec la vérité profonde de ces trois choses. (Vous savez, je n'ai pas véritablement examiné la question moi-même, j'en ai un point de vue général, et je me propose d'examiner la question avec vous. Je n'ai pas préparé une causerie pour la déverser ici. Donc, si vous me voyez hésiter et avancer lentement, j'espère que de votre côté vous serez scrupuleux, soigneux, et que vous mènerez votre enquête lentement et en quelque sorte en tâtonnant.)

Pour la plupart d'entre nous le plaisir et ses manifestations sont de la plus grande importance. La plupart de nos valeurs morales sont fondées sur lui, sur le plaisir immédiat ou différé ; toutes nos tendances psychologiques héréditaires, toutes nos réactions physiques et neurologiques ont le plaisir pour base. Si vous voulez y regarder de près, non seulement en ce qui concerne les valeurs et les jugements extérieurs de la société, mais encore selon ce qui se passe en vous-mêmes, vous verrez que le plaisir et les valeurs qui en découlent sont le principal objet de notre vie. Nous pouvons résister, faire des sacrifices, aboutir ou rejeter, mais à la fin de tout cela il y a toujours ce sentiment d'un plaisir, d'une satisfaction, d'un contentement escompté, d'une sensation agréable ou dispensatrice de bien-être. S'exprimer, s'accomplir sont une forme de plaisir, et quand celui-ci nous est refusé, quand il rencontre un obstacle, il surgit un état de peur qui donne à son tour naissance à l'agressivité. Observez ce processus en vous-mêmes, s'il vous plaît, ne vous contentez pas d'écouter une quantité de paroles ou d'idées, elles seraient sans portée ; dans un livre vous pouvez lire une explication psychologique ; elle sera sans valeur ; mais si nous voulons avancer dans notre examen ensemble et pas à pas, vous verrez par vous-mêmes surgir quelque chose d'extraordinaire. Souvenez-vous qu'en aucune façon nous ne disons qu'il ne nous faut pas avoir de plaisir, que le plaisir est une chose répréhensible, comme différents groupes religieux l'ont toujours soutenu dans tous les coins du monde. Nous ne prétendons pas que vous deviez le supprimer, le nier, le contraindre, le traduire à un niveau supérieur, et tout ce genre de pratiques. Nous nous contentons tout simplement de regarder, et si nous pouvons examiner absolument objectivement et profondément, de cet examen surgira un état d'esprit entièrement différent, qui débouchera sur la félicité et non pas sur le plaisir - la félicité est quelque chose d'entièrement différent.

Nous savons ce que c'est que le plaisir, celui que l'on ressent en regardant une belle montagne, un arbre splendide, la lumière se jouant sur un nuage qui traverse le ciel, poussé par le vent, la beauté d'un ruisseau avec son eau courante si claire. Il y a beaucoup de plaisir à regarder de telles choses, le visage d'une femme, d'un homme ou d'un enfant ; et nous connaissons tous le plaisir qui provient du toucher, du goût, de la vie, du son. Et quand ce plaisir intense est renforcé et nourri par la pensée, il naît une

action en retour qui est agression, revanche, colère, haine, tout cela issu du sentiment de se voir refuser ce plaisir que vous poursuivez, et de là un état de peur - tout ceci, si vous vous donnez la peine de l'observer, est assez évident. Les expériences de toutes sortes sont nourries par la pensée, le plaisir d'une expérience par laquelle je suis passé hier, n'importe quel plaisir, sensuel, sexuel, visuel. La pensée s'y attarde, elle le remâche, le ressuscite, elle crée une image qui l'alimente, le renforce ; elle soutient ce plaisir d'hier, prolonge sa continuité aujourd'hui et demain. Remarquez tout cela, s'il vous plaît. Et quand ce plaisir qu'entretient la pensée est contrarié, parce qu'il est contrecarré par les circonstances, par différentes sortes d'obstacles, alors cette pensée se révolte, transforme son énergie naturelle en agressivité, en haine, en violence - laquelle est encore une nouvelle forme de plaisir.

La plupart d'entre nous recherchent le plaisir qui résulte de l'expression de soi-même. Nous désirons nous exprimer, que ce soit dans les grandes ou dans les petites choses. L'artiste veut s'exprimer sur sa toile, l'auteur, dans ses livres, le musicien, par son instrument et ainsi de suite. Cette expression de soi-même d'où l'on retire une immense satisfaction, est-ce de la beauté? Quand un artiste s'exprime, il en retire un certain plaisir, une satisfaction intense - est-ce là de la beauté? Ou bien, s'il est incapable de transmettre sur sa toile ou dans ses paroles écrites tout ce qu'il peut ressentir, il règne en lui un certain mécontentement, et ce mécontentement même est une forme de plaisir.

Donc, la beauté est-elle plaisir? Et quand il y a expression de soi sous aucune forme, est-ce de la beauté qui est ainsi manifestée? Et l'amour est-il plaisir? L'amour qui en est venu à être de nos jours pour ainsi dire synonyme de sexualité avec tout ce qui en découle - cet amour dont la pensée retire un plaisir intense, est-ce vraiment de l'amour? Quand il rencontre des obstacles, il devient jalousie, colère et haine. Quant au plaisir obtenu, il aboutit à la domination, la possession, la dépendance et par conséquent la peur. Et ainsi on en vient à se demander: l'amour est-il plaisir? L'amour est-il désir, sous toutes ses formes subtiles, sexualité, amitié, tendresse, oubli de soi - tout ceci est-il de l'amour -, et sinon, qu'est donc l'amour?

Si jamais vous avez observé les activités de votre propre esprit, si vous avez pris conscience des mouvements mêmes du cerveau, vous aurez vu que depuis les temps les plus reculés, depuis le commencement des temps, l'homme a toujours recherché le plaisir. Si vous avez observé un animal, vous avez pu en voir l'extraordinaire importance, la recherche de ce plaisir et l'agression qui en résulte quand il lui est refusé. Tout est fondé là-dessus ; nos jugements, nos valeurs, nos exigences sociales, nos rapports avec autrui et ainsi de suite, tout est construit sur ce principe essentiel du plaisir et de ses manifestations ; et quand il rencontre des empêchements, des contraintes, des diversions, alors surgit la colère, alors prend naissance l'agressivité - laquelle devient une nouvelle forme de plaisir.

Quels sont les rapports existant entre le plaisir et l'amour? Ou bien le plaisir n'a-t-il aucun rapport d'aucune sorte avec l'amour? Aimer, n'est-ce pas quelque chose d'entièrement différent? L'amour n'est-il pas une force qui n'est pas fragmentée par la société, par la religion qui le divise en divin et profane? Comment allez-vous découvrir? Comment allez-vous trouver par vous-mêmes, sans qu'un autre intervienne pour vous le dire, parce que si quelqu'un vient vous dire ce qu'il en est, vous allez répondre: « Oui, c'est vrai », mais cela ne vient pas de vous, ce ne sera pas quelque chose que vous aurez découvert par vous-mêmes, que vous aurez profondément vous-mêmes ressenti.

Quels sont les rapports existant entre ce plaisir que procure l'expression de soi et la beauté et l'amour? Le savant, il lui faut connaître la vérité des phénomènes. Pour l'être humain ordinaire - il ne s'agit pas du philosophe spécialisé, du savant, du technicien, mais de l'être humain plongé dans sa vie quotidienne, sa famille et ainsi de suite -, la vérité est-elle quelque chose de statique, ou bien n'est-ce pas plutôt une chose que vous découvrez tout en avançant, qui n'est jamais stationnaire, qui n'est jamais permanente,

qui est éternellement mouvante? La vérité n'est pas un phénomène intellectuel, ce n'est pas une affaire sentimentale ni émotive, et nous avons à découvrir ce qui est vrai du plaisir, de la beauté et quelle est la vérité de l'amour.
Nous avons pu observer les tortures qu'entraîne l'amour, la dépendance où il nous plonge, la peur, la solitude de celui qui n'est pas aimé et l'éternelle recherche de l'amour dans toutes sortes de relations, l'impossibilité de le trouver tel qu'on en soit complètement satisfait. Et alors on se demande: l'amour est-il satisfaction, est-il en même temps un tourment entouré de jalousie, d'envie, de haine, de colère, de dépendance?
Quand la beauté n'existe pas dans notre cœur, nous allons voir des musées, entendre des concerts, nous visitons et nous nous émerveillons devant la beauté d'un temple grec ancien, de ses colonnades exquises, de ses proportions se détachant sur le ciel bleu. Nous parlons éternellement de la beauté ; et nous perdons tout contact avec la nature - tout comme l'homme moderne qui vit plus ou moins entièrement dans des villes est en train de le perdre. On constitue des sociétés dans le dessein d'aller à la campagne regarder les oiseaux, les arbres et les rivières ; comme si, par la constitution de sociétés vous permettant de regarder des arbres, vous allez vous sentir proche de la nature ou avoir un contact extraordinaire avec quelque immense beauté. C'est parce que nous avons perdu tout contact avec la nature que la peinture objective moderne, les musées et les concerts ont pris une telle importance.
Il existe en nous un vide, un sentiment de vide intérieur qui est toujours à la recherche de l'expression de soi, du plaisir, et qui par conséquent s'accompagne de la peur de ne pas le posséder complètement ; il y a dès lors résistance, agression, etc. Nous nous mettons à remplir ce vide intérieur, ce sentiment de solitude, d'isolement total - que vous avez tous ressenti, j'en suis sûr -, en ayant recours à des livres, des connaissances, des relations, et à toutes sortes de subtilités, mais à la fin de tout cela ce vide existe encore que rien ne peut remplir. Nous nous tournons alors vers Dieu, notre ultime ressource. Quand existe ce vide, cet insondable abîme, l'amour, la beauté sont-ils possibles? Si l'on en prend conscience, que l'on ne s'en évade pas, alors que faire? Nous avons cherché à le combler avec nos dieux, notre science, nos expériences, la musique, des tableaux, des connaissances techniques extraordinaires ; c'est là ce qui nous occupe du matin jusqu'au soir. Alors, on se rend compte aussi qu'il ne peut être comblé par aucune personne - on en voit l'importance. Si vous vous proposez de le remplir grâce aux rapports que vous entretenez avec une autre personne ou avec une image, vous tombez dans la dépendance, la peur de perdre, la possession agressive, la jalousie et toutes ses conséquences. On se demande alors: ce vide peut-il jamais être comblé par quelque chose, par une activité sociale, des bonnes œuvres, la vie monastique, la méditation, l'entraînement à la vision claire - choses qui sont toutes si absurdes. Et si on ne peut pas le combler, alors que peut-on faire? Vous comprenez l'importance de la question? On s'est efforcé de le faire disparaître avec ce qu'on appelle le plaisir, l'expérience, l'expression de soi-même, la recherche de Dieu, de la vérité ; et l'on se rend compte que rien ne peut jamais le combler, ni l'image que l'on a pu créer de soi-même, ni l'image ou l'idéologie que l'on a pu créer du "monde, rien. Et ainsi on s'est servi de la beauté, de l'amour et du plaisir dans le dessein de recouvrir, de masquer ce vide, et si l'on cesse de fuir, si l'on demeure avec lui, alors que doit-on faire? La question est-elle claire? Avez-vous plus ou moins suivi les paroles prononcées?
Quelle est cette solitude, ce sentiment d'un vide intérieur profond, quel est-il et comment prend-il naissance? Existe-t-il précisément parce que nous cherchons à le combler, ou que nous nous efforçons de le fuir? Existe-t-il parce que nous en avons peur? Est-ce simplement une idée que nous avons du vide, et par conséquent l'esprit n'est jamais en contact direct avec ce qui existe vraiment (je ne sais pas si vous suivez tout ceci)? Jamais l'esprit n'est directement en rapport avec ce vide.
Je vois que vous ne m'avez pas suivi jusqu'ici.

Je m'aperçois de ce vide qui est en moi et je cesse de m'évader - parce que c'est là très évidemment une activité vaine -, donc j'en ai pris conscience, ce vide est là, rien ne peut le combler. Et maintenant je me demande: comment cette chose a-t-elle pris naissance? Est-ce par ma façon de vivre, mes activités quotidiennes, mes conceptions, que je l'ai produite moi-même? Serait-ce que le « soi », le « moi », ou l'« ego » - quel que soit le mot dont vous vous serviez - ; serait-ce que l'ego, dans son activité même, s'isole? La nature même du « moi », du « soi » et de l'« ego » est isolement ; c'est une fonction qui sépare, qui isole. Toutes ces activités ont produit cet état d'isolement, cet état de vide intérieur profond qui est en moi, c'est comme un résultat, un produit, ce n'est pas quelque chose d'inhérent. Je vois aussi que tant que mon activité ne tendra qu'à exprimer le « moi », à être centrée sur lui, ce vide existera forcément ; je vois que pour le combler il me faut faire des efforts de toutes sortes ; ces efforts à leur tour tournent autour de moi et le vide devient de plus en plus vaste et de plus en plus profond.
Est-il possible d'aller au-delà d'un tel état? Non pas par une évasion, en disant: « Il ne faut pas que je sois centré sur moi-même » - vous dites: « Je ne vais pas être centré sur moi-même », et de ce fait même vous l'êtes. Quand vous exercez votre propre « volonté » dans le dessein de nier l'activité du « moi », cette « volonté » elle-même est un élément d'isolement.
L'esprit pendant des siècles et des siècles a été conditionné dans son besoin de sécurité, d'assurance ; il a construit à la fois physiologiquement et psychologiquement une activité autocentrique, et cette activité a imprégné toute la vie quotidienne - et nous disons: ma famille, ma situation, mes biens -, et ainsi elle engendre ce vide, cet isolement. Comment cette activité peut-elle prendre fin? Peut-elle jamais prendre fin, ou bien ne vaudrait-il pas plutôt lui tourner le dos et ainsi faire naître une activité d'une qualité tout autre?
Je me demande si vous suivez tout ceci. Je vois ce vide, je vois comment il a pris naissance, je vois que la « volonté », ou tout autre activité destinée à faire disparaître le principe créateur de cet état, n'est qu'un nouvel aspect de l'activité autocentrique ; je vois cela très clairement, très objectivement et tout à coup je me rends compte qu'il n'y a rien que je puisse faire pour y changer quoi que ce soit. Comprenez-vous? Avant, je me sentais dans l'obligation de faire quelque chose, je m'évadais, je cherchais à remplir, à combler ce vide, je cherchais à le comprendre, à le pénétrer, mais toutes ces activités sont de nouvelles causes d'isolement. Donc, je me rends compte subitement que je ne peux absolument rien faire et que plus je m'efforce d'agir, plus je construis, plus je dresse des murs d'isolement. L'esprit lui-même se rend compte de son impuissance à faire quoi que ce soit, que la pensée ne peut rien faire, parce que dès l'instant où la pensée touche au problème, elle engendre du vide à nouveau. Donc, par une observation objective et minutieuse, j'aperçois le processus tout entier et la vision que j'en ai suffit. Voyez ce qui s'est passé. Auparavant j'utilisais toute mon énergie pour combler ce vide, je me tournais de tous côtés et maintenant je vois l'absurdité de cet effort, l'esprit voit très clairement combien tout cela est absurde, alors je cesse de dissiper, de gaspiller mon énergie. La pensée s'apaise ; l'esprit devient complètement immobile ; il a vu le tableau de toute la situation et dès lors règne le silence ; dans ce silence il n'y a aucun sentiment de solitude. Là où il y a ce silence, ce silence complet de l'esprit, il y a amour et beauté ; ils peuvent ou non s'exprimer.
Avez-vous plus ou moins suivi? Avons-nous fait le voyage ensemble? Madame, ne dites pas oui... ceci, dont nous parlons, c'est une des choses les plus difficiles et même des plus dangereuses, parce que si vous avez la moindre trace de déséquilibre - comme c'est le cas pour la plupart d'entre nous - tout cela dès lors devient compliqué et laid. C'est un problème d'une complexité extraordinaire. Mais quand vous regardez ce problème si extraordinairement compliqué il devient très, très simple ; et cette simplicité même vous conduit à dire: « Mais comme c'est simple », et vous vous figurez avoir compris.
Donc, n'existe plus que la félicité, qui est au-delà du plaisir. Il y a cette beauté qui n'est

pas la manifestation d'un esprit trop habile, mais cette beauté que l'on connaît quand l'esprit est complètement calme et silencieux.
Il pleut et vous pouvez entendre le bruit des gouttes. Vous pouvez l'entendre avec vos oreilles, ou vous pouvez l'entendre à partir de ce silence profond. Si vous l'entendez dans le silence complet de votre esprit, alors sa beauté est telle qu'elle ne peut pas être exprimée en paroles ou sur une toile, parce qu'elle est au-delà de toute expression personnelle. Et très évidemment l'amour est félicité, la félicité n'est pas le plaisir.
Voulez-vous que nous en parlions, que nous explorions ensemble?
Question : Quand il n'y a pas de lucidité, de prise de conscience, toutes les vieilles réactions prennent vie. Comment peut-on empêcher, arrêter, balayer les anciennes réactions?
Krishnamurti : Exprimons la chose autrement, cela pourra nous aider. Il existe des états d'inattention et des états d'attention. Quand vous consacrez complètement votre esprit, votre cœur, vos nerfs, tout ce que vous avez, à faire attention, alors toutes vos anciennes habitudes, toutes les réactions mécaniques sont en sommeil, la pensée n'agit plus du tout. Mais c'est un état que nous ne pouvons pas maintenir tout le temps, et ainsi nous sommes plus ou moins toujours dans un état d'inattention, un état où il n'y a pas une prise de conscience en éveil et dépourvue de choix. Que se passe-t-il? Il existe un état d'inattention et des états d'attention rares et nous essayons d'enjamber la brèche qui les sépare. Eh bien, maintenant mon inattention peut-elle devenir attention - ou bien l'attention peut-elle être complète et prévaloir tout le temps?
Jamais l'inattention ne peut devenir attention, comment le pourrait-elle? Comment pouvez-vous transformer la haine en amour? Vous ne le pouvez pas. Mais examinez les procédés de l'inattention, observez-la, observez comment l'inattention croît, voyez-la avec lucidité et ne vous efforcez pas de transformer l'inattention en attention, ne faites rien. Vous me suivez? Vous êtes inattentif, qu'est-ce qui se passe? Regardez-y de très près, prenez conscience de vos inattentions et ne cherchez pas à les transformer de force en attention. Voyez avec lucidité que vous êtes inattentifs, et alors vous changerez cet état ; mais vous en êtes incapables à partir du moment où vous vous dites: « Je veux prendre conscience de mon inattention. » Vous comprenez de quoi je parle? Je vous en prie, regardez la chose et n'arrivez à aucune conclusion, regardez d'abord. Il y a deux états, un, c'est l'état d'inattention, et l'autre - en de rares moments - est l'attention complète, et la pensée n'y joue aucun rôle ; dans ces rares instants vous découvrirez quelque chose d'entièrement neuf. Dans cette attention complète prévaut une dimension entièrement différente. Si cela devient alors quelque chose que vous avez connu jadis, que vous avez senti, dont vous vous souvenez, si cela devient une mémoire, que vous vous disiez à vous-mêmes: « Je voudrais bien saisir cet état à nouveau, le tenir et ne pas le lâcher », alors cela à nouveau est un état d'inattention. Donc, prenez conscience de votre inattention sans vous demander « Comment être attentif? », sans faire quoi que ce soit à l'égard de l'inattention. Très bien, je suis donc inattentif, mais j'ai grand soin, tandis que je l'observe, de ne lui donner aucune forme, de ne pas chercher à la changer, simplement je l'observe. L'observation même est attention.
Question : La plus grande partie de notre vie quotidienne se passe au niveau des faits, plus particulièrement quand ils 'agit d'enfants qui sont à l'école et qui apprennent des faits. Cette activité nécessaire venant des faits est-elle un empêchement à la liberté psychologique?
Krishnamurti : Monsieur, rien n'est un empêchement à la liberté psychologique! Un empêchement ne prend naissance que quand il y a résistance. Quand il n'y a aucune résistance d'aucune sorte, il n'y a pas de problème psychologique. Si vous traitez votre vie quotidienne, le fait de gagner votre vie, d'élever les enfants, tout l'ennui qui en découle, la routine, le lavage quotidien de la vaisselle, la résistance, les empêchements, alors tout cela devient un problème. Mais si vous prenez conscience de ce processus de l'existence dans son entier -avec ses routines, ses habitudes, son ennui, ses anxiétés, ses

souffrances, ses peurs, ses dominations, ses possessions -, quand vous en prenez conscience sans la moindre nuance de préférence personnelle (vous ne pouvez rien faire au sujet de cette pluie, ni au sujet du profil de ces montagnes, et pouvez-vous regarder votre propre activité de la même façon dans le calme, sans choix, sans résistance?), alors il ne demeure plus de problème psychologique, il n'y a que la liberté qui résulte de cet état.

Saanen, le 18 juillet 1968

Saanen, le 21 juillet 1968

7ème Entretien

Accumuler des paroles, des arguments ou des explications n'est pas chose importante, mais plutôt susciter en chacun de nous une révolution, une mutation psychologique profonde, afin que puisse naître et exister une société autre, des rapports entièrement différents entre les hommes, une société qui ne soit pas fondée sur l'immoralité, comme c'est actuellement le cas. Une telle révolution, dans le sens le plus profond et le plus complet du mot, ne se produit pas grâce à la mise en œuvre d'un système, ni grâce à l'action de la volonté, ni par aucune combinaison d'habitude et de prévision.

Nous sommes prisonniers de nos habitudes et c'est là une de nos difficultés principales. Toute habitude, si raffinée, si subtile, si profondément établie et enracinée qu'elle soit, n'est pas 1 amour. L'amour ne peut jamais avoir rien de commun avec l'habitude. Le plaisir, comme nous le disions l'autre jour, peut devenir une habitude, une exigence de chaque instant ; mais je ne vois pas que l'amour puisse devenir une habitude. Le changement profond et radical - celui dont nous parlons -, c'est de trouver cette qualité d'amour, une qualité qui est complètement indépendante de l'émotivité, ou de la sentimentalité ; elle n'a aucun rapport avec la tradition, avec la culture profondément enracinée d'aucune société. La plupart d'entre nous, ne connaissant pas cette extraordinaire qualité d'amour, glissent insensiblement dans la pratique d'habitudes « vertueuses » ; mais jamais une habitude ne peut être vertueuse. Elle n'est ni bonne ni mauvaise, elle n'est jamais qu'habitude, répétition, imitation, conformisme au passé et à la tradition, qui sont eux-mêmes le résultat d'instincts hérités et de savoir acquis.

Si l'on vit, si l'on persiste dans l'habitude, il se produit inévitablement une intensification de la peur - et c'est de cela que nous allons parler ensemble ce matin. Un esprit retranché dans ses habitudes - et pour la plupart nos esprits le sont - vit forcément dans la peur. Par habitude, j'entends non seulement ce qui est répétitif, mais encore celles qui sont commodes, celles qui naissent insensiblement au courant de certains rapports comme entre mari et femme, entre l'individu et la communauté, entre les nations, et ainsi de suite. Nous vivons tous au sein de nos habitudes, selon des normes de comportement traditionnelles et bien établies, calfeutrés dans notre façon respectable d'envisager la vie, dans nos opinions profondément enracinées, profondément fixées, nos préjugés.

Tant que l'esprit n'est pas sensitif, éveillé, prompt, il n'est pas capable de suivre l'actuel de la vie, laquelle est si mouvante, soumise à des changements constants. Psychologiquement, intérieurement, nous répugnons à suivre le mouvement de la vie parce que nos racines sont si profondes dans le mécanisme et la tradition, dans l'obéissance de ce qui nous a été ordonné, dans l'acceptation. Il me semble qu'il est très important de comprendre toutes ces choses, de briser avec elles, parce que je ne vois pas comment l'homme peut continuer à vivre sans amour. Faute d'amour nous nous détruisons les uns les autres, nous vivons dans des compartiments, un compartiment s'opposant à un autre, se révoltant contre un autre ; et l'habitude sous toutes ses formes engendre inévitablement la peur.

S'il vous plaît, puis-je vous proposer de ne pas vous contenter d'accepter tout ceci passivement et de dire: « Oui, en effet, nous vivons dans nos habitudes, mais que faire? » Il s'agit plutôt d'en prendre conscience, de les ressentir, d'être éveillés à celles que nous avons ; non seulement les habitudes physiques, comme celles de fumer, de manger de la viande, de boire, mais encore celles qui sont si profondément enracinées dans la psyché, celles qui acceptent, qui croient, qui espèrent, qui désespèrent, qui sont torturées, attristées. Si nous pouvions ensemble approfondir ce problème de l'habitude et aussi celui de la peur parvenant ainsi à la fin de la douleur, il y aurait alors la possibilité d'un amour que nous n'avons jamais connu, une félicité qui est au-delà des atteintes du plaisir.

Pour la plupart d'entre nous il existe des ornières d'habitudes conscientes ou inconscientes. Nous nous figurons qu'il y en a des bonnes et des mauvaises, des justes et des injustes, des habitudes de bon comportement et celles qui ne sont pas respectables, celles que la société tient pour immorales. Mais la moralité de la société est en elle-même immorale. Il est aisé de s'en rendre compte, parce que la société est fondée sur l'agression, l'acquisivité, la domination de l'un par l'autre, et ainsi de suite - tel est tout notre système culturel. Nous avons accepté cette moralité, nous vivons dans ce cadre et nous l'admettons comme étant une chose inévitable, et c'est devenu une habitude. Il n'est possible de la modifier, de voir son extraordinaire immoralité - bien que cette immoralité ait pris un caractère de haute respectabilité -, de voir tout cela et d'agir avec un esprit affranchi, d'agir entièrement différemment, que si nous avons compris la nature de la peur. Il nous serait très facile de modifier une habitude, de briser avec elle, si profondément enracinée, si retranchée qu'elle soit, s'il n'y avait pas en nous cette peur et qu'ainsi faisant nous pensons souffrir encore plus, être encore plus incertains, plus perdus. S'il vous plaît, observez-vous vous-mêmes, observez votre propre état d'esprit et voyez que la plupart d'entre nous perdrions facilement une habitude, et avec bonheur, s'il n'y avait pas en contrepartie l'incertitude et la peur.

En effet, qui pousse la plupart d'entre nous à demeurer dans nos habitudes? C'est la peur. Par conséquent, approfondissons cette question de la peur, non pas intellectuellement ni verbalement, mais en prenant conscience directement de nos propres peurs psychologiques, en les examinant. Autrement dit, donnons à notre peur l'espace libre qui lui permettra de s'épanouir, et tandis qu'elle s'épanouit, regardons. Voyez-vous, la peur est un phénomène très étrange, à la fois biologiquement et psychologiquement. Si nous pouvions seulement comprendre les peurs psychologiques, les peurs biologiques, elles pourraient être facilement résolues, on pourrait sans trop de peine y porter remède. Malheureusement nous abordons la question par les craintes physiques et nous négligeons les craintes psychologiques ; nous sommes épouvantés devant la souffrance et la maladie, tout notre esprit est penché là-dessus et nous ne savons pas comment nous attaquer à cette souffrance sans entraîner toute une série de conflits dans la psyché, en nous-mêmes. Tandis que si nous pouvions commencer par les peurs psychologiques, peut-être alors les peurs physiques pourraient-elles être comprises et traitées avec un esprit sain et calme.

Très évidemment, si nous voulons regarder la peur en face, il faut qu'il n'y ait aucune évasion. Tous, nous avons élaboré des évasions comme un moyen d'éviter la peur, mais ainsi nous ne faisons que l'intensifier - et ceci encore est très simple. La première chose, par conséquent, c'est de voir que la fuite devant la peur n'en est qu'un nouvel aspect. Si nous pensons l'éviter, nous ne faisons que nous en détourner, mais elle est toujours là. Donc rendez-vous compte, non pas verbalement ni intellectuellement, mais rendez-vous compte véritablement qu'on ne peut absolument pas l'éviter, elle est là comme un bouton sur la langue, comme une blessure, vous ne pouvez pas la nier, elle est là ; c'est un fait. Par conséquent, vous devez donner à cette peur l'espace qui lui permettra de s'épanouir - comme vous le feriez pour la bonté -, il vous faut ménager un espace permettant à la peur de se dévoiler, de se révéler ; alors vous pourrez la regarder. Voyez-vous, si jamais vous avez planté une vigne à croissance rapide, si elle vous intéresse, alors, vous revenez la voir à la fin de la journée et vous vous apercevez qu'il lui a déjà poussé deux feuilles, qu'elle grandit si rapidement! Et de la même façon, regardez la peur, donnez-lui un espace libre afin qu'elle soit exposée. Ceci veut dire que vous n'avez véritablement pas peur de la regarder. C'est comme un homme qui dépend des autres parce qu'il craint d'être seul, et de cette dépendance découle toute une série d'activités hypocrites. Ayant pris conscience des activités de l'hypocrisie, et les ayant mises de côté, il peut alors voir combien il a peur d'être seul ; il peut vivre avec cette peur, la laisser croître, se mouvoir, examiner sa nature, sa structure, sa qualité.

Si vous êtes capables de regarder ainsi votre peur sans rien faire pour l'éviter, elle prend

alors une qualité, un aspect différents. (J'espère bien que c'est ce que vous faites, j'espère que vous avez observé votre peur particulière, avec quel soin, avec quel souci vous l'avez évitée, et que vous la contemplez sans aucune nuance d'évasion, de jugement, de condamnation, de justification.)
Puis, si vous en êtes arrivé à ce point surgit la question: « qui » observe la peur? J'ai peur - de quoi importe peu -, peur de la mort, de perdre ma situation, de vieillir, de tomber malade ; vous avez peur, vous ne vous évadez pas, elle est là devant vous. Pour la contempler, pour regarder n'importe quoi, il faut qu'il y ait un certain espace ; si j'en suis trop près, je ne peux pas la voir. Et si vous contemplez votre peur, si vous lui donnez l'espace et la liberté de s'épanouir, alors qui est-ce qui regarde la peur? Qui se dit: « Je n'ai pas fui ma peur, je la contemple, pas de trop près, lui permettant ainsi de croître, elle est vivante et je ne l'étouffé pas par mon anxiété »
- alors, qui est-ce qui regarde la peur? Qui est l'« observateur », la chose observée étant la peur? L'« observateur » est très évidemment une série d'habitudes, la tradition, que « vous » avez acceptées et au sein desquelles « vous » vivez, « vous » êtes le modèle de comportement, la croyance, ou le refus de la croyance ; l'« observateur », c'est cela - n'est-il pas vrai? L' « observateur » est l'entité élaborée ; l'esprit cultivé, stylisé, systématisé, lequel fonctionne dans l'habitude, c'est lui l'« observateur » qui contemple la peur ; et, par conséquent, « il » ne la regarde pas du tout directement. « Il » regarde avec la culture, l'idéologie traditionnelle, et il y a ainsi un conflit entre « lui » avec tout son arrière-plan et son conditionnement
- entre « lui » l'entité, et la chose observée, qui est la peur. « Il » la regarde indirectement, lui trouvant des raisons d'être ou de la refuser, et bientôt surgira une lutte constante entre l'« observateur » et la chose observée. La chose observée, c'est la peur et l'« observateur » la contemple avec sa pensée
- sa pensée qui est la réaction du souvenir, de la tradition, de la culture.
Il faut donc comprendre la nature de la pensée. (Pouvons-nous approfondir ce point? Voyez, c'est une chose très simple, j'espère que je ne suis pas en train de la compliquer.) Je ne sais pas ce qui va se passer demain - je pourrais perdre ma situation, je ne sais pas, n'importe quoi pourrait arriver demain - et j'ai peur de « demain ». C'est de la pensée qu'est née cette peur. Elle me dit que je pourrais perdre ma situation, que ma femme pourrait me quitter, que je pourrais rester seul, que je pourrais ressentir cette souffrance qui fut la mienne hier, et ainsi de suite. La pensée tournée vers le lendemain et se sentant incertaine de ce qu'il lui réserve engendre la peur. Ceci est assez clair, n'est-ce pas? Quand survient quelque chose d'immédiat, d'inattendu, ne permettant ni au temps ni à la pensée d'intervenir, alors il n'y a pas de peur. Ce n'est que quand il s'écoule un certain temps entre l'incident et la réponse que la pensée peut intervenir et dire: « J'ai peur. » On a peur de la mort ; la peur de la mort est faite d'habitude, de la culture dans laquelle nous avons été élevés ; et ainsi la pensée se dit: « Je mourrai un jour, pour l'amour de Dieu, regardons ailleurs, mettons cette idée loin de nous. » Mais la pensée en a peur, elle a créé une distance entre elle-même et ce jour inévitable, et ainsi il y a peur. Donc, pour la comprendre, il nous faut approfondir toute la structure et la nature de la pensée. Encore une fois, il est très simple de voir ce qu'elle est. Elle est une réaction de la mémoire, les milliers d'expériences qui ont laissé derrière elles un résidu, une cicatrice sur les cellules mêmes du cerveau. Elle est la réaction des cellules cérébrales ; la pensée est une chose très matérielle. Donc, puis-je, l'observateur peut-il, regarder la peur sans solliciter, sans invoquer la pensée avec tout son arrière-plan de culture et d'explications? Puis-je la contempler sans qu'intervienne tout cela - et, dès cet instant, la peur existe-t-elle? Je ne sais pas si vous suivez tout ceci.
Pour commencer, on a peur parce qu'on n'a jamais regardé la peur en face, c'est une chose qu'on a évité de faire à tout prix. En l'évitant on ne fait qu'engendrer des conflits, des luttes et encore de la peur, qui à leur tour sont à l'origine de différentes actions qui tiennent de la névrose, actions de violence, de haine, de souffrance, et ainsi de suite. Or,

si l'on observe sans que s'interpose aucune pensée, il faut être très sensitif, à la fois physiquement et psychologiquement, hautement sensitif, et ceci est impossible tant que l'on fonctionne dans le domaine de la pensée. Aller au-delà de celle-ci, chose « impossible » pour la plupart d'entre nous, c'est découvrir s'il est « possible » d'être en aucune façon libéré de la pensée.
Pouvons-nous poursuivre? Sommes-nous en communication réciproque? Je regrette si nous ne le pouvons pas, mais nous ne le pouvons pas.
La plupart d'entre nous sommes tellement insensitifs physiquement, parce que nous mangeons trop, nous fumons, nous nous adonnons à différentes formes de plaisirs sensuels - non pas que cela soit répréhensible -, l'esprit s'émousse et, l'esprit étant émoussé, le corps lui-même s'émousse aussi. Telle est la formule selon laquelle nous avons vécu. Vous voyez combien il est difficile de modifier votre régime, vous vous êtes habitués à une certaine façon de manger, de percevoir, et vous devez jouir de ce plaisir à chaque instant ; faute de le faire vous pensez tomber malade, vous vous effrayez, et ainsi de suite. Les habitudes physiques engendrent l'insensitivité ; très évidemment, l'habitude de se droguer, de boire, de fumer, n'importe quelle habitude favorise l'insensitivité du corps laquelle se répercute sur le mental, sur l'esprit, qui est la totalité de la perception, cet esprit qui doit voir très clairement, qui ne doit admettre aucune confusion et dans lequel il ne devrait y avoir aucun conflit. Celui-ci n'est pas seulement un gaspillage d'énergie, mais il rend l'esprit obtus, stupide, lourd. Un tel esprit prisonnier de ses habitudes est insensitif ; et à cause même de cette insensitivité, de cette stupidité, il se refuse à tout élément nouveau parce qu'en lui réside la peur (il ne s'agit pas d'une idée, d'une idéologie ni d'une formule nouvelle - car ceci serait le summum de la bêtise et de la stupidité). Si nous nous rendons compte que tout ce processus de vie imprégné d'habitudes est cause d'insensitivité, qu'il fait de l'esprit un instrument incapable de perception, de compréhension, de mouvements rapides, nous commençons à voir la peur telle qu'elle est véritablement, nous voyons qu'elle est un produit de la pensée et, dès lors, nous nous demandons si nous sommes capables de contempler n'importe quoi sans que se déclenche tout ce mécanisme du mental. Je ne sais pas si vous avez jamais rien regardé sans qu'intervienne ce mécanisme. Il ne s'agit pas de rêvasser, de tomber dans le vague, d'être dans une sorte de stupeur ensommeillée, mais bien au contraire il s'agit de voir d'un seul coup toute sa structure - cette pensée qui a bien une certaine valeur à un niveau donné, mais qui à un niveau différent est sans valeur aucune. Regardez la peur, regardez un arbre, votre femme ou vos amis, regardez avec des yeux qu'elle n'a jamais souillés... si vous y parvenez vous direz que la peur est sans aucune réalité, qu'elle est un produit de la pensée et que par conséquent - exception faite de ce qui se passe dans le domaine technique - elle est sans valeur aucune.
Donc, en donnant libre jeu à la peur et en l'observant, on peut y mettre fin. Espérons qu'en écoutant tout ceci ce matin, en écoutant, en donnant véritablement toute votre attention - non pas en vous complaisant à des raisonnements ou à des paroles, à la suite logique ou illogique du discours, et ainsi de suite, mais en écoutant vraiment on pourra voir la vérité. Et si vous voyez la vérité de tout ceci, la vérité des paroles prononcées, quand vous quitterez cette tente, vous serez sortis du domaine de la peur.
Voyez-vous, ce monde est hanté par elle, et c'est un des problèmes les plus monstrueux de ceux qui se posent à chacun de nous. Peur d'être découvert, de s'exposer, d'entendre répéter ce que vous avez pu dire il y a des années, et alors vous êtes craintifs, vous mentez. Certes, vous devez connaître sa nature extraordinaire et comment quand on vit dans la peur, on vit dans la nuit. C'est une chose affreuse. On en a bien conscience, et on ne sait que faire, la peur de la vie, la peur de la mort, la peur des rêves.
En ce qui concerne les rêves, on a toujours admis qu'il faut en avoir, c'est une habitude de penser qu'il faut rêver, que c'est inévitable ; certains psychologues ont été jusqu'à dire que si l'on ne rêve pas on tombe dans la folie, autrement dit ils prétendent qu'il est

impossible de ne pas rêver du tout. Et personne ne demande jamais: « Mais pourquoi rêver? », « À quoi cela sert-il? ». Il ne s'agit pas de savoir ce que sont les rêves et comment les interpréter ; tout cela est compliqué et n'a vraiment pas beaucoup de signification. Mais ne peut-on pas découvrir s'il est possible de ne pas rêver du tout, de sorte que quand on dort, on dort dans une plénitude totale, un repos complet permettant à l'esprit de s'éveiller le lendemain plein de fraîcheur et sans passer par toute cette lutte? Je dis que c'est possible.

Comme nous l'avons affirmé, nous ne découvrons ce qui est possible que quand nous allons au-delà de l'« impossible ». Pourquoi rêvons-nous? Nous rêvons parce que au courant de la journée l'esprit conscient, l'esprit superficiel est occupé - nous ne nous servons ici d'aucun terme technique, s'il vous plaît, seulement des mots ordinaires, nous n'adoptons aucun jargon particulier -, au courant de la journée l'esprit conscient est occupé de son travail, du bureau, de l'usine, de la cuisine, de laver la vaisselle - vous savez, il est occupé superficiellement et la conscience plus profonde, elle, veille, mais elle n'est pas capable de communiquer avec l'esprit « conscient » parce que celui-ci est superficiellement occupé. Ceci est très simple. Quand vous vous endormez, l'esprit superficiel est plus ou moins tranquille, mais pas complètement, il est préoccupé du bureau, de ce que vous avez dit à votre femme, des querelles de votre femme, vous connaissez toutes ces craintes - mais enfin il est assez calme. Dans cette nappe de calme relatif l'inconscient projette, insinue ses propres exigences, ses propres aspirations, ses propres peurs que l'esprit superficiel traduit par des rêves. Avez-vous quelque expérience en tout ceci? C'est assez simple. Interpréter des rêves, dire qu'ils sont inévitables, n'est pas important, mais si vous le pouvez, cherchez à découvrir s'il y a moyen de ne pas rêver du tout ; ce n'est possible que quand vous avez conscience dans le courant de la journée de chaque mouvement de la pensée, de vos mobiles, si vous êtes conscients de comment vous marchez, comment vous parlez, ce que vous dites, pourquoi vous fumez, ce qu'implique votre travail, si vous êtes conscients de la beauté des collines, des nuages, des arbres, et de la boue sur la route, et de vos paroles échangées avec votre prochain. Qu'il n'y ait aucun choix dans votre lucidité, et qu'ainsi vous soyez toujours à observer, à observer, à observer ; prenez conscience aussi qu'en tout cela existe également l'inattention. Si vous faites cela dans- le courant de la journée votre esprit devient extra-ordinairement éveillé, alerte, non seulement votre esprit superficiel, mais votre conscience tout entière, tout entière, parce qu'elle ne permet à aucune pensée secrète de s'échapper, il n'y a pas un recoin qui n'est pas exposé, révélé. Et alors quand vous vous endormez votre esprit devient extraordinairement calme, il n'y a pas de rêve, et une activité tout à fait différente se poursuit. L'esprit qui a vécu avec la plus complète intensité au courant de la journée, prenant conscience de ses paroles et si par chance il se trompe, prend conscience de son erreur, sans dire: « Je ne dois pas » ni « Il faut que je lutte contre cela », l'esprit est avec toutes ces choses, les regardant, complètement lucide à l'égard des erreurs qu'il peut commettre - il a éveillé la qualité complète de la conscience ; et quand il s'endort, il a déjà rejeté toutes les vieilleries qui appartiennent au passé.

La peur (est-ce que mes paroles vous plongent dans le sommeil?), la peur n'est pas un problème insoluble. Quand elle est comprise, cela entraîne la solution de tous les problèmes qui sont reliés à cette peur. Là où il n'y a pas de peur, il y a liberté. Et quand existe cette liberté et cette non-dépendance psychologique complète, l'esprit est alors pur de toute habitude. Voyez-vous, l'amour n'est pas habitude, l'amour ne peut pas être cultivé - les habitudes, elles, peuvent être cultivées - et pour la plupart d'entre nous l'amour est quelque chose de si lointain que nous n'en avons jamais connu la qualité, nous n'en connaissons même pas la nature. Pour déboucher sur l'amour il faut qu'il y ait liberté ; quand l'esprit est complètement immobile, vivant dans sa propre liberté, alors règne l'« impossible », qui est l'amour.

Saanen, le 21 juillet 1968

Saanen, le 23 juillet 1968

8ème Entretien

Il me semble que chaque être humain a soif d'une expérience, une expérience transcendante, soif d'un sentiment ou d'un état d'esprit qui soit au-delà de la monotonie quotidienne, de la solitude et de la grisaille de la vie. Nous avons tous le désir de vivre pour quelque chose. Nous voudrions donner à la vie un sens, parce que nous la trouvons lassante, chaotique et dépourvue de toute signification apparente ; ainsi nous inventons un but, un sens ; et nous vivons toute notre vie dans un monde de paroles, de symboles, d'ombres. La plupart d'entre nous acceptons à contrecœur une vie superficielle que nous nous plaisons à investir d'un grand mystère.

Il y a un mystère - une chose inimaginable - qu'aucune croyance, aucune aspiration ne sont capables de saisir. Il existe un « mystère » - mais, en vérité, on ne devrait pas se servir de ce mot-là -, enfin il y a quelque chose d'inexprimable paroles ; elle est complètement étrangère à toute sentimentalité, à toute explosion émotive, et elle ne peut apparaître que quand nous sommes dégagés des filets du « connu ». La plupart d'entre nous ne savent même pas ce qu'est le « connu », alors -sans comprendre fondamentalement notre propre nature avec ses instincts de grossière animalité, de violence et d'agressivité - nous cherchons à atteindre, mentalement, ou au moyen de quelque processus de méditation, une vision, un sentiment de « quelque chose d'autre ».

Je crois que c'est bien là ce que la plupart d'entre nous - peu importe ce que nous sommes, communiste, catholique, ou fervents de quelque petite secte qui nous sert de distraction - cherchent à atteindre en tâtonnant ; tous, nous sommes assoiffés de quelque chose qui serait incroyablement beau, inviolable, au-delà du réseau du temps.

Nous sommes prisonniers du « connu », et le « connu », la connaissance de nous-mêmes, est très difficile à comprendre. Il est tellement difficile de nous voir nous-mêmes, face à face, sans que s'interposent quelque préjugé, quelque opinion, quelque jugement - nous voir simplement tels que nous sommes. Nous avons hérité de l'animal, du primate, tous les instincts, toutes les réactions ; nous avons grandi dans toutes les traditions, dans toutes les cultures ; telles sont les choses que nous nous refusons à regarder - c'est là le « connu ».

Si nous pouvions seulement regarder en nous-mêmes. La plupart d'entre nous, malheureusement, nous y refusons ; nous voudrions trouver quelque chose d'extraordinairement beau, de noble, nous ne sommes pas prêts à accepter ce qui existe véritablement, le conscient ou l'inconscient connu (bien que la plupart d'entre nous ne le connaissions pas). Nous avons si peur d'aller au-delà de ce « connu » ; pour cela il nous faut l'examiner, le connaître dans tous ses recoins, être familiarisé avec lui, en pénétrer la nature et la structure. L'esprit est incapable d'aller au-delà des faits du connu s'il ne l'a pas compris complètement et totalement, s'il n'a pas vécu dans la plus étroite et complète intimité avec tous les frémissements de la pensée, du sentiment, avec toute la brutalité et les instincts animaux. Alors seulement on peut aller au-delà et trouver quelque chose auquel il est possible de donner le nom de vérité, une beauté qui n'est pas distincte de l'amour, un état d'une dimension différente où existe un mouvement toujours neuf, frais, jeune, décisif.

Pourquoi sommes-nous si portés à accepter - peu importe quoi -, pourquoi disons-nous si facilement oui? C'est une de nos traditions que de suivre ; comme les animaux qui vivent en troupeau, nous suivons tous le chef, l'instructeur, le gourou ; c'est ainsi que prend naissance l'« autorité ». Là où il y a « autorité », il y a forcément peur. La peur procure un certain élan, l'énergie qui conduit au succès, qui répond à certaines promesses, certaines espérances, un certain bonheur et ainsi de suite. Mais est-il possible de ne jamais accepter, mais d'examiner, d'explorer?

Voyez-vous, quand on est assis où vous êtes et que l'orateur est sur une estrade, c'est une des choses les plus difficiles de ne pas l'investir d'une certaine autorité.

Inévitablement ces rapports - haut et bas, qui existent physiquement - entraînent une certaine qualité d'acceptation, « vous savez, nous ne savons pas », « dites-nous quoi faire et nous vous suivrons, si nous le pouvons ». C'est là, selon moi, l'attitude la plus mortellement nocive qu'un esprit puisse jamais adopter, de suivre quelqu'un, d'imiter un modèle établi par un autre. Une formule venant d'un autre conduit inévitablement à un conflit, à la souffrance, à la peur psychologique et c'est ainsi que nous vivons. Une partie de cet encadrement d'autorité provient de l'acceptation d'une certaine façon de vivre et de l'impossibilité d'aller au-delà ; nous désirons que quelqu'un d'autre nous dise quoi faire.

Pour nous examiner nous-mêmes, nous voir tels que nous sommes réellement - et cette réalité est véritablement quelque chose d'inimaginable -, pour cela il nous faut de l'humilité ; non pas cette humilité dure que cultive l'homme rempli de vanité, non pas l'insensibilité du prêtre ni de celui qui suit une discipline. Nous avons besoin de cette humilité qui permet de regarder, autrement nous n'en sommes pas capables. De nature nous ne sommes pas humbles, nous sommes plutôt arrogants, nous nous figurons savoir beaucoup de choses. Plus nous vieillissons plus nous devenons suffisants, plus pleins d'assurance. Là où il y a jugement, évaluation, une idée de ce que nous devrions être, une idéologie, une formule, il n'y a pas d'humilité.

Un de nos principaux problèmes est la souffrance. Nous l'avons admise comme faisant normalement partie de la vie ; tout comme nous avons accepté la guerre - non seulement celle qui se poursuit sur le champ de bataille, mais celle qui se poursuit en nous-mêmes -, l'éternelle lutte intérieure et extérieure. Nous avons accepté la souffrance comme faisant partie de la vie, et pourtant jamais nous ne nous sommes demandé s'il ne serait pas possible d'y mettre fin complètement.

Je me demande pourquoi nous souffrons. Peut-être souffrons-nous parce que nous sommes physiquement malades, nous ressentons de grandes douleurs physiques qui sont peut-être sans remède ; ou bien cette douleur est si intense, si pénétrante qu'elle fait disparaître toute raison. Il y a là une grande souffrance, celle qui est liée à toute la question de la maladie, l'incapacité, la vieillesse physique, la douleur et la peur de la vieillesse. Puis il y a le tourment et la souffrance dans le domaine psychologique ; cette souffrance qui nous vient quand nous sommes sans amour, que nous désirons être aimés, quand il ne règne en nous aucune clarté, quand nous sommes incapables de regarder « ce qui est » avec des yeux dessillés. Il y a la souffrance de l'ignorance - non pas de l'ignorance livresque ni technique ; les ordinateurs sont extraordinairement bien informés, ce ne sont que des machines ignorantes -, mais il s'agit ici de l'ignorance en ce qui concerne la compréhension de soi-même, ce que l'on est en réalité. Cette ignorance est cause de grands tourments, non seulement en soi-même, mais dans la communauté tout entière, la race et tous les gens de ce monde. Il y a la souffrance qui provient de l'acceptation du temps - le temps signifiant ici un moyen de réussir, d'atteindre quelque bénédiction future. Et il y a aussi évidemment celle qui provient de la fin de la vie, de la mort d'un autre, ou de sa mort à soi.

La souffrance provenant de la douleur physique, d'être sans amour, d'être frustrés dans nos tentatives pour nous exprimer, d'espérer un demain qui n'arrive jamais, de vivre dans le monde du connu et dans l'épouvante de l'inconnu - tout cela, c'est notre façon de vivre. Tout cela nous l'avons accepté comme faisant partie de l'existence, et le fait même de l'avoir accepté est une barrière nous empêchant d'aller au-delà. Seul l'esprit qui n'accepte pas doute, remet en question, exige, découvre, est capable de faire face à ce qui existe véritablement, à la fois extérieurement et intérieurement, et alors peut-être pourra-t-il aller au-delà de cette éternelle douleur humaine.

Examinons donc ensemble et cherchons à découvrir s'il est possible de mettre fin à la souffrance - pas verbalement, ni intellectuellement, ni en raisonnant. Jamais la pensée ne pourra y parvenir ; elle ne peut que la faire proliférer ; penser, c'est solliciter la souffrance. Penser, la faculté intellectuelle de raisonner, si sainement que cela soit, n'y

peut mettre fin. Pour cela il est besoin d'une faculté entièrement différente - non pas une faculté que l'on puisse cultiver en y mettant du temps, non -, la faculté de regarder.
Pourquoi souffrons-nous? Examinons d'abord la souffrance psychologique, le tourment, la solitude, la douleur, l'anxiété, la peur, les enthousiasmes passagers qui engendrent leur propre misère. Si nous pouvons les comprendre, ces tourments psychologiques, nous pourrons peut-être alors voir comment nous y prendre avec les disgrâces physiques, la maladie, la vieillesse s'accompagnant de la faiblesse, l'énergie défaillante, la mort de tous nos élans et ainsi de suite. Examinons tout d'abord la souffrance psychologique, et par cette compréhension même la souffrance physique sera comprise également.
Qu'est-ce que la souffrance? Qu'en dites-vous? Très certainement vous l'avez connue, celle qui s'exprime par des larmes, un sentiment d'isolement, d'être sans contact avec quoi que ce soit, celle qui s'accompagne d'un intense apitoiement sur soi-même. Si vous regardez en vous-mêmes et que vous posez la question « qu'est-ce que la souffrance? » qu'allez-vous répondre, je me le demande? (Il s'agit toujours du domaine psychologique, de ce sentiment de tristesse, de désespoir complet, de douleur, le mur nu devant lequel on se trouve.)
Que signifie-t-elle pour vous? Est-ce que vous l'évitez, que vous n'êtes jamais en contact direct avec elle? Le fait même de l'éviter en est un nouvel aspect, c'est là tout ce que nous connaissons. Prenez la mort - mourir. Le fait même d'éviter ce mot, de ne jamais le regarder, de ne jamais faire face à l'inévitable, de le fuir, tout cela n'est-il pas en soi-même une douleur, une forme de peur qui engendre la souffrance? Donc, qu est-elle? S'il vous plaît, n'allez pas vous attendre à une explication. La plupart d'entre nous l'avons connue de façons diverses ; vouloir s'exprimer, s'affirmer et se sentir incapable de cette expression, cela est cause de souffrance, et aussi d'être assoiffé de célébrité et d'être sans talent. Il y a encore la solitude, n'avoir jamais aimé et vouloir toujours être aimé ; l'espérance d'avenir et l'incertitude de cette espérance. Regardez par vous-mêmes, s'il vous plaît, n'attendez pas que l'orateur vous donne des descriptions.
La plupart d'entre nous savent ce que c'est que la souffrance, une émotion frustrée, une solitude, un isolement, le sentiment d'être coupé de tout, sentiment de vide, impuissance complète à faire face à la vie, une lutte sans fin - tout cela est cause de souffrance. Nous nous en rendons bien compte, et nous disons: « Le temps y portera remède », « Je finirai par oublier », « Quelque chose se passera qui aura plus d'importance, une expérience qui sera beaucoup plus vraie », et ainsi nous fuyons toujours le fait réel et immédiat, ayant pour cela recours au temps. Autrement dit, on vit dans le souvenir des jours heureux du passé, la mémoire d'expériences pleines de charme ; on vit grâce à ces choses et en tout cela on fait appel au temps. On vit aussi dans l'avenir ; on évite une souffrance qui est là dans le présent, et s'apaise grâce à un idéal futur, une espérance, une croyance. Jamais nous n'avons pu nous évader de ce cercle infernal, jamais nous n'avons pu y mettre fin et le briser ; au contraire, le monde occidental tout entier l'adore - allez dans n'importe quelle église et vous la verrez, la souffrance vous verrez qu'on l'adore - ; en Orient ils l'expliquent en s'aidant de différents mots sanskrits - paroles qui, véritablement, sont sans aucune signification - tels que cause et effet - et c'est pourquoi vous souffrez, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Si vous vous rendez compte de tout ceci, si vous le voyez très clairement, comme un fait, que vous pouvez toucher, dont vous sentez la saveur, vous vous demandez alors s'il n'est pas possible de dépasser tout cela. Mais comment dépasser? C'est là une question véritablement très importante et à laquelle chacun de nous doit donner une réponse.
Voyez-vous, quand pour la première fois vous apercevez ces montagnes dans le lointain, majestueuses, planant au-dessus de toute la laideur de la vie, la beauté de leur profil et la lumière du soleil couchant qui les éclaire, la splendeur même de tout cela réduit l'esprit au silence. Vous en êtes en quelque sorte étourdi. Mais le silence que ces collines, ces montagnes, ces vallées verdoyantes produisent en vous est tout de même tout à fait

artificiel. C'est comme un enfant s'amusant d'un jouet. Le jouet absorbe l'intérêt de l'enfant, et quand il a suffisamment joué et qu'il l'a brisé son intérêt tombe, et il redevient capricieux, assoiffé de distractions. De même, il nous arrive d'être éveillés par quelque chose d'immense, un défi percutant, une crise, et cela nous réduit au silence subitement. Puis nous sortons de ce silence - qui peut durer quelques minutes ou quelques jours - et nous nous retrouvons à notre point de départ.
Il existe, cet immense fait de la souffrance que l'homme n'a jamais pu transcender ; il peut s'en détourner, le fuir en buvant, en cherchant différentes formes d'évasion, mais ceci, ce n'est pas aller au-delà, c'est fuir. Or, le fait existe - tel le fait de la mort, le fait du temps -, êtes-vous capables de le regarder dans un silence complet? Êtes-vous capables de regarder votre propre souffrance dans un silence complet ; non pas que celle-ci vous contraigne au silence par son caractère accablant, par son intensité, mais bien au contraire, êtes-vous capables de la regarder en connaissant son immensité, sa force, sachant combien la vie est complexe ainsi que la mort? Pouvez-vous contempler tout cela absolument objectivement et silencieusement? C'est là, selon moi, la façon de vous en sortir. J'utilise ces paroles « selon moi » avec quelque hésitation, mais véritablement c'est la seule façon de vous en sortir.
Si l'esprit n'est pas silencieux, serein, comment peut-il comprendre quoi que ce soit, comment peut-il saisir, regarder, être en intimité complète avec la mort, le temps, la souffrance?
Quelle est cette entité qui affirme: « Je souffre », « Je suis malheureux », « J'ai passé des journées entières dans le conflit, dans la douleur, dans le plus affreux désespoir »? Quelle est cette entité qui répète sans cesse: « Je ne peux pas dormir », « Je n'ai pas été bien », « Je suis ceci, je suis cela », « Je suis malheureux », « Vous ne m'avez pas regardé », « Vous ne m'avez pas aimé », quelle est cette entité qui parle sans cesse d'elle-même? Assurément c'est la pensée. Nous en revenons à cette chose primordiale, la pensée, elle qui a recherché le plaisir et qui a été frustrée, qui se plaint, disant: « J'ai perdu quelqu'un que j'aimais, je me sens si seul, je suis malheureux, plongé dans la douleur » - et ceci, c'est un apitoiement sur soi. Et encore c'est elle, le souvenir d'amitiés anciennes, de journées agréables qui se sont enfuies et qui avaient dissimulé la solitude, le vide qui est en soi ; et la pensée commence à se plaindre, disant: « Je suis malheureux » - c'est l'essence même de l'apitoiement sur soi.
Donc, êtes-vous capables de vous regarder vous-mêmes - vous-mêmes c'est la totalité de cette entité complexe, la pensée avec son apitoiement sur soi, ses tourments, ses inquiétudes, ses agressivités, sa brutalité, ses exigences sexuelles, ses pulsions, - êtes-vous capables de vous regarder vous-mêmes complètement et silencieusement? Et quand vous vous serez regardé ainsi, alors peut-être pourrez-vous demander: qu'est-ce que la mort?
(Bruit d'avion passant au-dessus de la tente.)
Avez-vous écouté le son merveilleux de cet avion, son rugissement? Ne pourrait-on pas écouter tout le bruit de la vie dans la même silencieuse béatitude?
Si l'on est capable de regarder, d'écouter, alors on peut honnêtement se demander: qu'est-ce que la mort? Qu'est-ce que cela veut dire, mourir? Ceci n'est pas une question réservée aux gens âgés seulement, elle vaut pour chaque être humain
- comme on peut demander: qu'est-ce que l'amour? Qu'est-ce que le plaisir? Qu'est-ce que la beauté? Quelle est la nature des rapports humains réels dès l'instant où ne s'interpose plus aucune image? C'est ainsi que l'on doit se poser cette question fondamentale - comme on la pose pour l'amour ou la beauté
- qu'est-ce que la mort? Nous n'osons pas la poser, probablement parce qu'elle nous effraie quelque peu. Peut-être, peut-on se dire: « J'aimerais bien faire l'expérience de l'état dans lequel on meurt - en prendre vraiment conscience comme quand on meurt », et ainsi certains prennent des drogues pour rester éveillés, pour observer le moment même où cesse le souffle, parce qu'on voudrait ressentir cet état extraordinaire quand la

vie n'existe plus.
Donc, qu'est-ce que la mort, que mourir, que prendre fin? Non pas « qu'est-ce qui se passe après? », tout cela est vide de sens, vous inventez tant de théories, de croyances, d'espérances, de formules. Mourir, non pas de vieillesse ni de maladie, comme il arrive quand l'organisme tout entier est usé et où l'on s'échappe, non pas les derniers instants - mais mourir véritablement alors qu'on est encore vivant, plein de vitalité, d'énergie, d'intensité, de la faculté d'explorer. Donc, qu'est-ce que cela signifie, « mourir », non pas demain mais aujourd'hui, de le découvrir? Est-ce une question morbide? Ne désirez-vous pas savoir, profondément en vous-mêmes, à travers vos nerfs, votre cerveau, tout ce qui est vôtre, ne désirez-vous pas savoir ce que cela veut dire - d'aimer? Ne désirez-vous pas savoir ce que cela signifie que de recevoir cette extraordinaire bénédiction et de savoir avec la même soif, la même vitalité ce que c'est que la mort? Et comment allez-vous le découvrir? Mourir implique - n'est-il pas vrai? - une certaine qualité d'innocence. Mais nous ne sommes pas des gens innocents, nous sommes passé par des milliers d'expériences, des milliers d'années, tout est là, imprimé dans nos cellules cérébrales mêmes. Le temps a cultivé en nous l'agression, la brutalité, la violence, un sentiment de conquête et - oh! tant d'expériences. Nos esprits ne sont ni innocents, ni clairs, ni jeunes, ni pleins de fraîcheur, ils ont été souillés, torturés, tordus.
Pour demander ce que c'est que l'innocence, il faut la vivre, il faut savoir ce que c'est que la mort. Ce n'est que quand vous mourez à tout ce que vous savez psychologiquement et intérieurement, ce n'est que quand vous mourez à votre passé, librement, naturellement, avec aisance, que, par cette mort, s'instaure l'innocence ; il règne désormais une fraîcheur - des yeux qui n'ont jamais été embrumés. Est-on capable de le faire? Peut-on rejeter avec facilité, sans effort, toutes ces choses auxquelles on s'est désespérément attaché? Les souvenirs agréables ou pénibles, ce sentiment « ma famille », « mes enfants », « mon Dieu », « mon mari », « ma femme » - toute cette activité autocentrique qui se poursuit - peut-on balayer tout cela - volontairement, non pas par l'effet de la contrainte, ni de la peur, ni de la nécessité, mais avec cette aisance qui vient quand vous contemplez le problème de la vie, une vie pleine de luttes, un véritable champ de bataille? Mettre fin à tout cela, en sortir tout simplement, être en ce qui regarde toutes ces choses un « outsider » - peut-on le faire? Écoutez, je vous en prie, cette question. Peut-on le faire? Peut-être répondrez-vous: « Non, je ne le peux pas, ce n'est pas possible. » Quand vous dites que ce n'est pas possible, vous voulez dire que cela ne serait possible que si vous saviez ce qui se passerait quand tout cela serait fini. Autrement dit, vous n'êtes disposés à renoncer à une chose que si vous avez quelque assurance d'une autre. Vous affirmez que ce n'est possible uniquement parce que vous ne savez pas ce que c'est que l'« impossible ». Or, découvrir cela, c'est être conscient à la fois du possible et de l'« impossible » et aller au-delà. Vous verrez alors pour vous-mêmes que toute cette accumulation mentale que vous avez rassemblée peut être mise de côté avec la plus grande facilité ; alors seulement vous saurez ce que c'est que de vivre. Vivre, c'est mourir, mourir chaque jour à tout ce que vous avez accumulé et contre quoi vous avez lutté, l'importance que vous vous êtes donnée, votre apitoiement sur vous-mêmes, la douleur, le plaisir et le tourment de ce que nous appelons vivre. C'est là tout ce que nous connaissons et pour le voir d'un seul coup l'esprit doit être extraordinairement calme. Le fait même de voir cette structure tout entière est une discipline - la vision elle-même est un agent de discipline. Alors peut-être pourrons-nous savoir ce que cela signifie que de mourir ; nous saurons ce que cela signifie que de vivre, non pas de cette vie torturée, mais d'une vie entièrement différente, une vie qui a pris naissance grâce à une révolution psychologique profonde - et qui n'est pas une déviation de la vie. La prochaine fois je voudrais, si vous voulez bien, parler d'une question qui est véritablement aussi importante que l'amour et la beauté, que l'amour et le sens de la mort, c'est la méditation. Si c'est possible, nous devrions approfondir cette question de savoir comment vivre d'une vie totalement différente, comment susciter

cette immense révolution psychologique, d'en avoir fini avec l'agressivité, de connaître l'intelligence. L'intelligence peut être au-dessus à la fois de l'agressivité et de la non-agressivité parce qu'elle comprend de fond en comble leur nature et celle de la violence. Une telle révolution fait apparaître une vie de la plus haute sensitivité et par conséquent de la plus haute intelligence. Je crois que c'est cela, l'unique question ; comment vivre une vie de grande félicité, de grande intensité, de sorte que, connaissant la nature et la structure même de notre être - dont la racine est dans l'animalité, dans le primate -, on puisse aller au-delà?

Saanen, le 23 juillet 1968

Saanen, le 25 juillet 1968

9ème Entretien

Nous allons discuter ensemble d'un problème assez compliqué. La plupart d'entre nous fonctionnons selon des normes fragmentaires - politiques, religieuses, sociales, individuelles, familiales et ainsi de suite. Nous ne paraissons pas pouvoir trouver par nous-mêmes une action qui serait globale - et non pas morcelée - et qui donnerait une réponse complète à toutes nos questions. Nous ne paraissons pas pouvoir vivre d'une vie totale et complète, et nous nous efforçons sans cesse de trouver une action qui, d'une façon ou d'une autre, nous amènerait un contentement total, une satisfaction complète dans tout ce que nous faisons, que nous soyons des professionnels, des politiciens ou que nous ayons des inclinations religieuses. Il paraît presque impossible de découvrir une activité capable de répondre à toutes ces tendances, une réponse qui ne comprendrait aucune contradiction, aucun sentiment d'insuffisance.

Ce matin nous allons approfondir une question qui peut-être pourra fournir une réponse à ce besoin d'une activité globale où n'existerait aucune division, aucun tiraillement entre deux actions discordantes.

Nous allons discuter ensemble de la question de la méditation. Certains d'entre vous peut-être ont l'idée que la méditation n'est qu'une expérience individuelle intéressante, nous permettant de trouver quelque chose qui existe au-delà des frontières du mental. D'autres peuvent penser que c'est tout simplement une introduction inutile à une activité sans valeur pour ce qui est de la vie quotidienne. Et certains d'entre vous encore ont peut-être eu déjà leurs expériences dans ce sens, conformément à un système de méditation provenant du Moyen-Orient ou de l'Orient proprement dit.

Avant d'approfondir cette question, il me semble que nous devrions établir, pour éclaircir les choses, un certain nombre de constatations absolues. En premier lieu, nous devons être libres de toute hypocrisie, de tout faux-semblant, dégagés de tout double principe dans notre vie, de double activité - prétendre une chose, en faire une autre -, il nous faut renoncer de la façon la plus absolue à toute tendance à nous illusionner nous-mêmes. La plupart d'entre nous vivons dans un équilibre tellement précaire entre l'hypocrisie et le désir de dire la vérité. Nous sommes si pleins de prétentions, étant passés par l'expérience de quelques sottes petites visions, ou quelque état émotif, lequel est, selon nous, le summum de toute chose! Donc, est-il possible pour l'esprit, pour notre être tout entier, d'être complètement honnête, dépourvu de toute trace d'hypocrisie dans nos actions et dans nos pensées? Ceci est très important ; parce que si nous sommes entachés de la moindre hypocrisie dans aucun domaine, nous serons la proie d'illusions, d'erreurs. Un esprit qui se propose de découvrir ce qu'est la vraie méditation ne doit en aucune façon être la victime de cette double mesure dans la vie, une habitude où il est si facile de tomber, disant une chose, en faisant une autre et pensant quelque chose d'entièrement différent.

Deuxièmement, il faut qu'existe une discipline de la forme la plus haute. La plupart d'entre nous répugnons à ce mot. Je crois que le mot « discipline » signifie, à partir d'une racine latine, apprendre. Mais nous l'avons déformé ou mal compris et maintenant lui donnons le sens de conformisme, obéissance, imitation. Toutes choses qui impliquent la suppression de nos désirs, de nos ambitions et de nos besoins, dans le dessein de nous conformer à un modèle, à une formule ou de suivre un idéal ; cette façon de voir les choses implique toujours un conflit entre « ce qui est » et « ce qui devrait être ». Si l'on se lance à la poursuite de « ce qui devrait être », on tombe dans l'hypocrisie. Et la plupart des idéalistes sont - si je puis le dire en toute aménité - teintés d'hypocrisie, parce qu'ils évitent « ce qui est ». Quand on se conforme à un modèle de ce « qui devrait être », on est inévitablement entraîné à un état de conflit, de lutte, une existence dualiste, ce qui conduit forcément à des standards de vie doubles et à un état d'hypocrisie. En parlant de « discipline », nous utilisons ce mot dans un sens

entièrement différent. Nous avons dit qu'il devrait y avoir la forme la plus complète, la plus élevée de discipline où n'existe ni conformisme, ni suppression, ni idéologie à suivre, ni création d'un mode de vie double, dualiste. Cette discipline n est pas une contrainte extérieure, ni une règle que vous vous imposez par suite d'un besoin intérieur de conformisme, d'imitation, d'obéissance, mais plutôt, le fait même d'apprendre à connaître quelque chose, n'importe quoi, cet état est lui-même une discipline. Si je me propose d'apprendre une langue, cela exige un esprit discipliné ; le fait d'apprendre implique une discipline ; et en ceci il n'y a aucun conflit. Si vous ne désirez pas apprendre la langue il n'y a plus rien à dire, mais si vous voulez l'apprendre, le fait même d'apprendre entraîne sa propre discipline. Par conséquent, une discipline dans ce sens le plus élevé, qui est sensitivité et intelligence, doit exister. C'est là le deuxième point.

En troisième lieu, nous abordons quelque chose de plus compliqué, c'est tout ce problème des gourous. A ce que je crois, ce mot en sanskrit signifie « celui qui indique », il ne prend aucune responsabilité à votre sujet. Or, ce mot, comme beaucoup d'autres, a été déformé, mal utilisé. Le gourou, dans les temps anciens, était un homme avec lequel vous viviez. Il vous disait quoi faire, comment regarder, comment examiner. Vous viviez avec lui, et ainsi peut-être que vous appreniez ; vous appreniez non pas en imitant, non pas en vous conformant à un modèle indiqué par lui, mais en observant. C'est à partir de là que se sont développées toutes ces illusions qui entourent la notion de gourou. S'il vous plaît, ceci doit être compris assez profondément parce que si nous voulons étudier cette question, qui est elle-même très, très complexe, il nous faut sentir la nécessité d'une liberté totale où il n'existe de soumission à aucune autorité, celle de l'orateur comprise, permettant à l'esprit, cette forme suprême de la plus haute intelligence, d'être une lumière à soi-même ; et une telle intelligence n'accepte jamais aucune autorité, que ce soit celle d'un sauveur, d'un maître, d'un gourou, de n'importe qui ; il faut qu'il soit, et il est, sa propre clarté ; il peut se tromper, il peut souffrir, mais par sa souffrance, par ses erreurs mêmes il apprend et devient ainsi une lumière à soi-même.

Il y a tant de gourous dans le monde, ceux qui sont secrets, ceux qui sont révélés. Chacun promet que, en se conformant à un certain système, à une certaine méthode, l'esprit parviendra à la réalisation de la vérité ; mais aucun système, aucune méthode - lesquels impliquent imitation, conformisme, obéissance, et par conséquent peur - n'a de sens pour l'esprit qui examine toute cette question de la méditation, une question exigeant un esprit des plus délicats, des plus hautement sensitifs, des plus intelligents. Censément, le gourou sait et vous ne savez pas. Censément, il est très avancé dans l'évolution et il a par conséquent acquis à travers de nombreuses vies, de nombreuses expériences, en suivant d'autres gourous supérieurs à lui-même et ainsi de suite, des connaissances immenses. Et vous, qui êtes là tout en bas, allez peu à peu parvenir à cette forme supérieure de connaissance. Or, tout ce système hiérarchique
- qui existe non seulement extérieurement dans notre société, mais encore intérieurement et parmi ces soi-disant gourous -, ce système est très évidemment, pour celui qui recherche la vérité, une illusion.

Le savoir - technologique mis à part -, quelle est sa valeur? Il y a forcément des connaissances techniques, scientifiques, vous ne pouvez pas balayer d'un seul coup tout ce que l'homme a accumulé au courant des siècles. Cette science doit exister, et ni vous ni moi ne pouvons la détruire ; les saints et tous ces gens qui ont prétendu que les connaissances mécaniques sont inutiles ont leurs propres préjugés bien à eux. Je peux me connaître moi-même très profondément et cependant, tant qu'existe accumulation de connaissances, il y a interprétation, on traduit tout ce qu'on voit en fonction de son propre passé. Tant que subsiste ce fardeau de savoir, de savoir intérieur et psychologique, il n'y a pas de liberté de mouvement. Il y a une différence entre l'homme vraiment libre de ce fardeau et celui qui prétend savoir et se propose de conduire un autre à partager ce savoir, ce principe suprême - et s'il prétend avoir réalisé, alors

refusez-lui toute confiance, parce qu'un homme qui prétend savoir ne sait pas. C'est là la beauté de la vérité.

Il faut qu'existe une base de comportement juste, de vertu. Nous pouvons nous tromper, nous pouvons poser une pierre de base qui manque de solidité ; cependant, mettez une pierre de base forte afin que la fondation même soit une vertu impossible à briser. Il n'y a pas de vertu s'il n'y a pas d'amour ; elle n'est pas une chose que l'on puisse cultiver et qui puisse devenir une habitude ; jamais elle n'est une habitude, c'est une chose vivante, et sa beauté consiste justement en ceci - puisque ce n'est pas une habitude - que c'est une chose qui vit d'instant en instant.

Il faut donc qu'existe une base de vertu pure de toute hypocrisie, de toute illusion sur soi-même. Il faut qu'il y ait cette forme suprême de discipline, une sensitivité comportant l'action, la compréhension promptes. La discipline n'est pas une chose dont vous puissiez faire une habitude ; il vous faut l'observer tout le temps, à chaque minute, chaque jour. Parce que si vous ne possédez pas cette base, vous verrez survenir toutes les calamités, les illusions, les hypocrisies, les erreurs possibles. Et comme nous l'avons dit, toute autorité - nous parlons de l'autorité intérieure, et non pas de celle qui découle de la loi -, toute autorité intérieure ancrée comme elle l'est dans notre savoir, nos expériences, l'idée qu'il existe celui qui sait et celui qui ne sait pas, tout cela ne fait qu'engendrer un état d'arrogance, une absence d'humilité, à la fois chez celui qui sait et chez celui qui s'efforce de suivre le premier. Quand, donc, tout ceci est établi, et bien établi, profondément, nous pouvons alors nous aventurer dans la question de cette chose extraordinaire appelée méditation.

Pour la plupart d'entre nous le mot « méditation » n'a pas beaucoup de sens. C'est un mot fermement enraciné en Orient ; cette « méditation » indique une certaine façon de penser, de se concentrer, la répétition de certains mots, l'obéissance à certains systèmes - toutes ces choses sont la négation même de la liberté et de la promptitude de l'esprit. La méditation n'est pas une activité subsidiaire, une distraction, elle fait partie intégrante de toute notre vie, tout comme l'amour ou la beauté en est un élément important, essentiel et fondamental. Quand il n'y a pas de méditation, on ne sait pas aimer, on ne sait pas ce que c'est que la beauté. On pourra faire tout ce qu'on voudra - chercher, passer d'une religion, d'un livre, d'une activité à une autre, cherchant toujours ce que c'est que la vérité -, on ne découvrira jamais, parce que cette « recherche » même de la vérité implique que l'esprit est capable de la trouver, qu'existe en lui la faculté d'affirmer « Ceci est la vérité ». Mais sait-on ce que c'est que la vérité? Est-on capable de la reconnaître? Si on la reconnaît, elle est déjà chose issue du passé. Ainsi, la vérité ne peut pas être trouvée par l'effet d'une recherche ; elle vient sans avoir été sollicitée, ou bien si l'on a de la chance, par hasard. La méditation n'est pas une évasion de la vie, ce n'est pas un processus particulier ni individuel.

Il n'existe pas de chemin conduisant à la vérité. Il n'y a pas votre chemin ni le mien. Il n'y a pas le chemin chrétien ou hindou. Un « chemin » implique un processus statique conduisant à quelque chose d'également statique. Il existe un chemin partant d'ici pour nous conduire au prochain village, ce village est là, bien établi, avec ses bâtiments, et pour y parvenir il y a une route. Mais la vérité n'est pas comme cela, c'est une chose vivante, une chose mouvante et, par conséquent, il ne peut exister aucun « chemin » pour y conduire, ni le vôtre ni le mien ni celui des autres. Il faut voir cela très clairement, le comprendre ; l'homme a inventé tant de chemins, il a dit qu'afin de trouver il faut faire ceci ou cela - comme les communistes qui prétendent que leur moyen de gouverner les gens est le seul valable, impliquant par là un État de tyrannie, de dictature, de brutalité, d'assassinat. Ayant ainsi élagué, dégagé le terrain, éclairci les lieux, on peut alors se hasarder à découvrir ce que c'est que la méditation. Ce n'est pas un monopole de l'Orient. C'est là une des choses les plus monstrueuses de prétendre qu'il existe des gens capables de vous apprendre comment méditer, c'est évidemment... les adjectifs me font défaut!

Donc, nous allons entreprendre de découvrir par nous-mêmes - non pas en tant qu'individus, mais en tant qu'êtres humains vivant dans ce monde, dans toute la société moderne si extraordinairement complexe, vivant comme nous le faisons -, nous allons chercher à découvrir ce que c'est que l'amour. Non pas le « trouver » mais être dans cet état de perfection, ayant cette qualité d'un esprit qui n'est alourdi ni par la jalousie, ni par le tourment, ni par le conflit, ni par l'apitoiement sur soi-même. Alors seulement il est possible de vivre dans une autre dimension qui est l'amour. Et de même que l'amour a une immense importance, il en est de même pour la méditation. Comment - cette question, je ne la pose pas en passant mais très sérieusement -, comment allons-nous nous y prendre avec ce problème? Il consiste très évidemment en ceci que nos esprits sont conditionnés, ne sont jamais calmes, mais sont dans un état de bavardage, de remue-ménage constant. Parfois nous cherchons à lui imposer un certain calme ou bien nous pouvons parfois le connaître par chance et par hasard. Pour aborder le problème, pour apprendre, pour voir, il faut le calme d'un esprit qui n'est pas morcelé, qui n'est pas tiraillé, qui n'est pas torturé. Si je me propose de voir quelque chose très clairement, un arbre, un nuage, le visage de mon voisin, de voir très clairement sans aucune déformation, il faut pour cela que mon esprit ne soit pas à bavarder, c'est évident. Pour observer, pour voir, l'esprit doit être très tranquille. Dans ce cas, voir, c'est agir et apprendre. Donc, qu'est-ce que la méditation? Est-elle chose possible - je me sers de ce mot dans le sens que donne le dictionnaire, et non pas ce sens extravagant que lui donnent ceux qui croient savoir ce qu'elle est -, est-il possible de considérer, d'observer, de comprendre d'apprendre, de voir très clairement, sans déformation aucune, d'entendre toute chose telle qu'elle est, sans interprétation, sans la traduire conformément à nos préjugés? Si vous prêtez l'oreille au chant d'un oiseau le matin, est-il possible d'écouter d'une façon complète sans que surgisse un mot dans votre esprit, d'écouter dans une attention totale, sans dire combien c'est beau, combien c'est merveilleux et combien la journée est belle? Tout ceci veut dire que l'esprit doit être silencieux et c'est impossible dès qu'il y a une déformation quelconque. Et c'est pour cela qu'il nous faut comprendre toute forme de conflit, celui qui règne entre l'individu et la société, l'individu et son prochain, l'individu et sa femme, ses enfants, le mari et ainsi de suite. Tout conflit, à n'importe quel niveau, est un processus qui engendre des déformations. Quand il existe une contradiction intérieure, et qu'elle surgit lorsqu'on désire s'exprimer de façons diverses et qu'on s'en trouve incapable, un conflit prend naissance, il y a une lutte, une souffrance qui déforme la qualité, la subtilité, la promptitude de l'esprit.
La méditation, c'est la compréhension de la nature de la vie avec ses activités dualistes et ses conflits ; en voir le sens, en voir la vérité, de sorte que l'esprit - bien qu'il ait été conditionné pendant des milliers d'années, qu'il plonge dans le conflit, dans la lutte, dans la bataille - devienne clair, sans déformation. Il voit que cette déformation se produit forcément quand il suit, accepte une idéologie, quand il entretient une idée de ce qui devrait être en opposition à ce qui est, qu'il en résulte ainsi un état double, un conflit, une contradiction et que dès lors l'esprit lui-même est torturé, déformé, perverti. Il n'existe qu'une seule chose, ce qui est, « ce qui est », et rien d'autre. Quand tout notre intérêt se porte sur « ce qui est », toute forme de dualité est exclue et ainsi il n'y a plus de conflit, plus d'esprit torturé. La méditation est donc l'état d'un esprit qui voit réellement « ce qui est », sans l'interpréter, sans le traduire, sans le vouloir autre qu'il n'est, sans non plus l'« accepter » ; un esprit n'est capable d'une telle attitude que quand l'« observateur » cesse d'exister. S'il vous plaît, c'est là une chose importante à comprendre. La plupart d'entre nous sommes effrayés, la peur existe en nous, et celui qui veut se débarrasser de cette peur, c'est l'observateur. L'observateur, c'est l'entité qui reconnaît une peur nouvelle et la traduit en fonction des anciennes, celles qu'il a connues jadis, qu'il a accumulées dans le passé, et dont il s'est évadé. Tant qu'existe l'« observateur » et la chose observée, il y a forcément dualité et par conséquent conflit, et

l'esprit est déformé ; c'est là un état des plus compliqués, une chose qu'il nous faut comprendre. Tant qu'existe cet « observateur », il y aura forcément le conflit de la dualité.
Est-il possible d'aller au-delà de l'observateur, l'observateur étant la totalité de l'accumulation du passé, le moi, l'ego, la pensée qui surgit de ce passé accumulé? C'est ainsi que la méditation est la compréhension du mécanisme tout entier du mental. J'espère bien, tandis que l'orateur s'exprime en paroles, que vous écoutez, que vous observez avec la plus grande lucidité, afin de voir s'il est possible d'éliminer tout conflit, permettant ainsi à l'esprit d'être complètement en paix - non pas satisfait, la satisfaction ne surgit que quand il y a insatisfaction, ce qui nous replonge dans le processus de la dualité. Quand il n'y a plus d'« observateur » mais seulement l'« observation », et par conséquent absence de conflit, alors seulement peut-il régner une paix totale, sans quoi il y a violence, agressivité, brutalité, des guerres et tous les autres caractères propres à notre vie moderne. Donc, la méditation, c'est la compréhension de la pensée, c'est découvrir par soi-même si elle peut prendre fin. L'esprit n'est capable de voir véritablement « ce qui est », sans déformation, sans hypocrisie, sans illusion sur soi-même, que quand il est silencieux. Il y a des systèmes, il y a des gourous, et ainsi de suite, qui affirment que pour mettre fin à la pensée il faut s'exercer à la concentration, au contrôle de soi. Mais un esprit discipliné, dans ce sens où discipline signifie imitation, conformisme, acceptation et obéissance, un tel esprit est toujours hanté par la peur. Jamais il ne peut être silencieux, il ne peut que faire semblant de l'être. Un esprit calme ne peut exister par l'effet d'aucune drogue, par l'effet d'aucune répétition de paroles ; vous pouvez le réduire à un état de torpeur, il n'est pas calme.
La méditation est la fin de la souffrance, la fin de la pensée qui engendre la peur et la souffrance, dans la vie quotidienne, dans votre vie conjugale, dans votre vie d'affaires. Dans vos affaires vous devez utiliser vos connaissances techniques, mais si vous le faites dans des desseins psychologiques - pour atteindre à une plus grande puissance, une situation qui vous procure un certain prestige, des honneurs, une certaine célébrité - votre activité n'engendre alors qu'antagonisme et haine ; avec un tel esprit il est impossible de comprendre ce que c'est que la vérité. La méditation, c'est la compréhension de la façon de vivre, la compréhension de la souffrance, de la peur - c'est aller au-delà. Aller au-delà ne consiste pas simplement à saisir intellectuellement ou rationnellement la signification du processus de la souffrance et de la peur, c'est véritablement aller au-delà ; c'est observer, c'est voir avec la plus grande clarté la peur et la souffrance telles qu'elles sont, et voir aussi avec la plus grande clarté que l'« observateur » doit cesser d'exister.
La méditation étant la vie même, ce n'est pas une évasion de la vie. Il est évident que la méditation ne consiste en rien à avoir des visions, des expériences mystiques et étranges ; comme vous le savez, on peut prendre des drogues qui élargissent l'esprit, qui produisent certaines réactions par des moyens chimiques, qui peuvent lui donner une grande sensitivité, et avec cette sensitivité il peut vous arriver d'avoir des perceptions intensifiées, mais tout cela reste sujet à votre conditionnement. Et puis, la méditation n'est pas une répétition de paroles ; vous savez, il s'est lancé tout dernièrement une mode selon laquelle on vous donne un mot, un mot sanskrit, et vous le répétez à l'infini espérant ainsi obtenir une expérience extraordinaire - c'est une pure sottise. Évidemment, si vous répétez à l'infini toute une série de mots votre esprit en est étourdi et atteint un certain calme ; mais ceci n'est en aucune façon la méditation. Celle-ci est la compréhension constante de la nature même de la vie, à chaque minute, l'esprit étant ainsi extraordinairement vivant, en éveil, déchargé de toute peur, de toute espérance, de toute idéologie, de toute souffrance. Et si nous avons pu arriver à ce point ensemble - et j'espère que quelques-uns d'entre nous ont pu y parvenir véritablement et non théoriquement -, nous pénétrons alors dans un domaine entièrement différent.
Comme nous l'avons dit au commencement de cette causerie, vous ne pouvez pas aller

très loin si vous n'avez pas posé la base, qui est la compréhension de notre vie quotidienne. Notre vie quotidienne de solitude, d'ennui, d'excitation, de plaisirs sexuels, du désir de plénitude, de s'exprimer, la vie quotidienne faite de conflits entre la haine et l'amour, cette vie où nous exigeons d'être aimés, et menons pourtant une vie de solitude intérieure profonde ; faute de comprendre tout ceci sans déformation, sans névrose, étant complètement et hautement sensitifs, équilibrés, sans tout cela, vous ne pouvez pas aller bien loin. Mais si cette fondation est établie profondément, l'esprit est alors capable d'un calme complet et par conséquent d'un état de paix complète - ce qui est entièrement différent d'un état de satisfaction replète, telle une vache -, alors seulement il est possible de découvrir s'il existe quelque chose au-delà des limites du mental ; s'il existe quelque chose qu'on puisse appeler la réalité, Dieu, quelque chose que l'homme a recherché pendant des millions d'années ; qu'il a recherché par ses dieux, ses temples, ses sacrifices, en devenant un ermite, et toutes les absurdités et les inventions qu'il a élaborées.

Voyez-vous, jusqu'à un certain point, point auquel nous sommes arrivés, les explications et la communication verbale sont possibles. Mais au-delà il n'y a plus de communication verbale - ce qui n'implique pas l'avènement de quelque phénomène mystérieux, métaphysique ni parapsychologique. Les mots n'existent que pour des buts de communication: pour communiquer une chose que l'on peut exprimer en paroles, ou par un geste, ou par un silence. Mais il est impossible d'exprimer en paroles ce qui se trouve au-delà de tout cela, toute description est complètement dépourvue de sens. Tout ce que l'on peut faire, c'est d'ouvrir la porte, une porte qui reste ouverte seulement quand existe cet ordre - non pas l'ordre de la société, lequel est désordre, mais l'ordre qui prend naissance dès l'instant où vous voyez véritablement « ce qui est », sans qu'existe aucune déformation créée par l'« observateur ». Quand il n'y a aucune déformation, il y a ordre, et cet ordre établit sa propre discipline extraordinaire et subtile. Tout ce que l'on peut faire, c'est de laisser cette porte ouverte. Que la réalité survienne ou non, on ne peut pas l'inviter. Mais si l'on a beaucoup de chance, par l'effet d'un hasard étrange, elle peut survenir, elle est sa propre bénédiction. Vous ne pouvez pas la rechercher. Après tout, tels sont la beauté et l'amour, vous ne pouvez pas les rechercher, si vous les recherchez ce sont simplement des prolongations du plaisir, qui n'ont rien de commun avec l'amour. Il existe une félicité qui n'est pas plaisir ; quand l'esprit est dans cet état de méditation, il règne une immense félicité, et la vie quotidienne faite de contradiction, de violence et de brutalité n'a plus aucune place. Mais il faut y travailler très dur, tous les jours, pour poser cette base ; voilà ce qui importe et rien d'autre. Et par ce silence qui est la nature même d'un esprit en méditation, la beauté et l'amour peuvent prendre naissance.

Saanen, le 25 juillet 1968

Saanen, le 28 juillet 1968

10ème Entretien

Il a dû arriver à beaucoup d'entre nous, quand nous nous promenons seuls dans la forêt, au moment où le soleil est sur le point de disparaître, qu'il y survienne un calme étrange. Aucun mouvement dans l'air, les oiseaux ont cessé de chanter, pas une feuille ne bouge et un sentiment de calme, de retrait des choses vous envahit. Et tandis que vous observez, que vous écoutez la beauté de cette soirée, dans cette paix extraordinaire où toute chose paraît être immobile, vous vous sentez dans un état de communion et d'harmonie complète avec tout ce qui vous entoure - plus de pensée, plus un mot, pas de jugement, pas d'évaluation, aucun sentiment de séparativité. Vous avez certainement dû ressentir tout cela, tandis que vous vous promeniez seuls, laissant derrière vous vos fardeaux, vos soucis, vos problèmes, suivant le chemin qui longe la rivière avec son murmure incessant ; votre esprit est apaisé, dans un état de paix totale, un sentiment extraordinaire de beauté et d'amour, un sentiment qu'aucune parole ne peut décrire. Certes, vous avez dû connaître de tels états d'âme, mais en écoutant la description qui en est donnée alors que vous êtes assis là, le fait même d'entendre exprimer en paroles ce calme étrange des belles soirées vous pousse à écouter avec dans l'esprit l'intention de saisir cette qualité ; et parce que vous avez un mobile elle vous fuira. De même, tout mobile va vous empêcher d'écouter l'orateur. Celui-ci ne fait que décrire quelque chose - il n'a pas de mobile - et si vous cherchez en ayant un mobile, celui de posséder ce qu'il décrit, si subtil qu'il puisse être ou bien si plein d'agressivité et d'envie, alors toute communication entre vous-mêmes et l'orateur prend fin. Vous avez un mobile, l'orateur n'en a aucun. Lui, simplement, raconte ; pas pour vous distraire, pas pour vous dire quelle chose merveilleuse lui est arrivée et ainsi éveiller en vous une certaine envie, parce que vous aussi aimeriez avoir ce champ d'expérience, et dès cet instant il existe entre nous un malentendu.

Nous vivons dans un monde de malentendus. Une affirmation est prononcée devant vous et vous l'interprétrez conformément à votre arrière-plan, vos désirs, votre nature complexe et ainsi s'installe un malentendu. Cette division - celle qui existe entre un fait et votre manière de l'interpréter -, cette division en est la cause. Or, la question que nous allons examiner ce matin est nécessairement assez compliquée, et pourtant il faut l'exprimer en paroles. Les paroles comportent un contenu, une forme, à la fois pour vous et pour l'orateur, et si cette forme et ce contenu ne sont pas parfaitement clairs pour l'orateur et vous-mêmes, il se produit une confusion et vous pouvez alors vivre dans un monde différent de celui qu'animent les paroles prononcées. Nous devons voir très clairement par conséquent, quand nous communiquons les uns avec les autres, comment écouter les paroles et le genre de dessin qu'évoque la parole. Après tout, on se sert de mots pour communiquer et si le contenu, l'image, la forme du mot ne sont pas très clairs pour chacun de nous, nous vivons alors dans des univers séparés, nous avons chacun des compréhensions séparées - qui peuvent comporter un malentendu (et qui peuvent aussi n'en pas comporter). C'est ainsi que les mots deviennent extraordinairement dangereux, à moins que nous nous en servions sans aucun mobile comme quand nous disons simplement qu'un arbre est vert ou que la journée est splendide. Mais si je dis: « J'ai eu une expérience merveilleuse de la réalité », l'intention, le mobile est alors d'éveiller en vous une certaine envie - j'ai connu cela et vous pas, j'ai eu cette chose précieuse que vous devriez aussi avoir. Dans ce cas-là mon mobile est d'exciter votre envie, votre agressivité, ou bien peut-être que vous allez me suivre, me mettre sur un piédestal. Tout cela se passe autour de nous tout le temps. Quelqu'un dit: « J'ai réalisé Dieu », ou bien « Je suis passé par une expérience sublime », ces paroles sont prononcées avec le mobile (autrement, très évidemment, il ne dirait rien) d'éveiller en vous une envie agressive. Donc, celui qui affirme: « Je suis passé par une expérience merveilleuse » et vous qui avez un désir avide de la connaître aussi, vous vivez tous deux

dans un monde de malentendus et la communication devient impossible. Ceci est assez clair. De même, il n'est pas possible pour votre esprit d'être très calme s'il existe en vous la moindre intention ou le moindre mobile, tandis que vous vous promenez seul dans la forêt. Quand il n'y a aucune parole, aucune phrase, aucun « observateur » avec tout l'enchevêtrement compliqué de son conditionnement, de ses exigences, de ses envies, de son désir d'opprimer et d'exploiter ; alors il se promène simplement sans même avoir conscience de lui-même. Il n'y a pas d' « observateur » et, par conséquent, il se trouve dans un rapport sans bavure avec tout ce qui l'entoure. En tout cela pas de séparativité, de division, de jugement, mais une unité complète que l'on pourrait peut-être appeler amour. Si ceci est à peu près clair - les inévitables malentendus, les sens différents attribués à chaque parole par chacun de nous, non seulement le contenu des paroles, mais comment chaque parole éveille un désir avec ses répercussions émotives -, si ceci est compris et à partir du moment où cela n'existe plus, il est dès lors possible d'explorer. C'est là ce que nous allons faire - si nous le pouvons - ce matin. Chacun de nous ayant bien conscience du danger qu'implique le mot, le dessin que l'esprit va tracer à partir de ce mot, lui attribuant un contenu qui peut-être n'est pas celui de l'orateur ; chacun de nous ayant par conséquent conscience qu'il pourra s'établir des malentendus entre nous, vous quittant la tente avec une impression et votre voisin avec une autre ; et l'intention de l'orateur est peut-être différente de celle que vous lui attribuez. Il nous faut être extraordinairement attentifs, éveillés et intelligents quand il s'agit d'explorer la nature de la religion. Quand vous entendez ce mot, « religion », très évidemment si vous êtes un homme hautement intellectuel, vivant dans notre monde moderne et sophistiqué, vous dites: « Quelle sottise, vous radotez, pourquoi faites-vous intervenir un pareil mot? Ce mot n'est qu'une distraction, une invention de la prêtrise, des capitalistes, et ainsi de suite. » Par conséquent, ce mot « religion » - il s'agit de simples mots - fait surgir dans votre esprit un certain contenu, une certaine forme, que vous rejetez ou que vous acceptez, alors que pour l'orateur il n'y en a aucun. Ce mot a été utilisé par les hommes, dans leur recherche de quelque chose de permanent, et cela depuis des milliers d'années. L'homme dit: « Je vis dans un monde de choses transitoires ; un monde d'impermanence ; un monde de chaos, de désordre, d'agressions, de violence, de guerres, d'oppression, où je vois périr tout ce qui m'entoure ; il faut qu'il existe quelque chose de permanent. » Et alors, il part à sa recherche, ayant pour mobile de trouver ce quelque chose de permanent, de durable, quelque chose qui lui donnera de l'espérance, parce que dans ce monde ne règnent que le désespoir, la douleur, avec des joies passagères et momentanées ; son mobile, c'est de trouver un réconfort durable d'une sorte ou d'une autre. Par conséquent, ce qu'il cherche, il va le trouver, parce qu'il a déterminé par avance ce qu'il se propose de trouver. Tout ceci est assez simple. Pour poser la question: « Qu'est-ce que la religion? », pour l'explorer, il faut alors que le mot, ce mot que vous utilisez, ne contienne aucun désir, qu'il ne soit pas chargé. Ceci encore est assez clair.

Quand vous demandez: « Qu'est-ce que la religion? » - dans ce sens que l'homme est à la recherche d'une réalité -, la question peut être envisagée de deux façons différentes, la façon négative et la façon positive. Nous devons rejeter complètement ce que la religion n'est pas ; autrement, ayant adopté par avance une conclusion, nous sommes conditionnés parce que nous nous sentons complètement désespérés, n'ayant rien à quoi nous attacher, ni intellectuellement, ni verbalement, ni émotivement ; dans un tel état nous ne pouvons absolument pas explorer ; nous vivons dans un monde de malentendus, malentendus que nous avons nous-mêmes créés. Et si, maintenant, l'orateur vient dire: « Examinons cette question, abordons-la sans aucun biais », et que vous ne rejetez pas ce que c'est que la religion, vous vivez alors dans un monde de malentendus et partirez d'ici plongés dans la confusion, espérant découvrir grâce à quelqu'un d'autre ce qu'est la vérité. Ayant éclairci ce point, approfondissons donc la question.

Tout d'abord, l'homme - partant du primate pour aller jusqu'à l'homme le plus civilisé - s'est toujours demandé s'il existait quelque chose d'autre que ce monde, ce monde où règnent le travail, la tristesse, la misère, la confusion, la douleur interminable, des conflits qui vont en augmentant sans cesse, un problème s ajoutant à un autre, les guerres, une nation dressée contre l'autre, un groupe idéologique s'opposant à un autre. Donc, voyant tout ceci dans le monde extérieur, voyant aussi sa propre confusion intérieure, sa souffrance, sa complète solitude, les joies passagères, l'ennui de la vie - imaginez un homme qui passe quarante ans et plus à aller à son bureau tous les jours, combien ce doit être assommant pour lui, et pourtant cela lui procure une admirable évasion, une évasion de lui-même, de sa famille, de la lutte ; il est là, bien retranché, en concurrence avec d'autres, et cette concurrence est pour lui une satisfaction: voilà sa vie -, et voyant tout ceci dès le commencement de tous les temps, remontant aux anciens Égyptiens et ainsi de suite - il s'est toujours demandé s'il n'existerait pas quelque chose au-delà, quelque chose de plus que l'on pourrait appeler vérité ou de tout autre nom. L'homme est donc parti en cherchant, désirant trouver et alors sont survenus ceux qui sont malins, les prêtres, les théologiens, et ils ont dit: « Mais oui, cela existe », ou bien encore ils se sont trouvé un sauveur, un maître, qui va leur dire ce qui existe. Toute cette énergie - qu'ils ont consacrée à leur recherche, à leur découverte - a été organisée, captée, une « image » a été créée qui est devenue l'incarnation de la réalité, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Cette énergie, qui est nécessaire à la découverte, a été capturée, enclose dans un cadre de croyances organisées nommées « religion » - le tout avec rituels, prêtres, excitations stimulantes, distractions, images -, tout cela a constitué les moyens grâce auxquels on se propose de découvrir. Il est évident que tout cela n'est pas la religion. Mais pour voir ceci très clairement et le rejeter complètement il faut de l'énergie. Sommes-nous capables de le faire? Comme nous l'avons dit, tout ce qui est faux doit être renié et rejeté si l'on veut découvrir ce qui est vrai. Vous ne pouvez pas avoir un pied fermement planté dans le faux et avancer vaguement l'autre pied pour trouver ce qui est vrai.

Nous voyons sans difficulté que c'est la peur qui est la cause de cette structure - cette structure que nous appelons la vie religieuse -, la peur de ce qui existe dans ce monde, de ce qui pourrait se passer dans l'autre après la mort, la peur de l'insécurité. Parce que la vie est pleine de la plus complète insécurité, rien n'est certain, rien n'est permanent, ni l'épouse, ni l'époux, ni la famille, ni la nation - même si vous avez un bon compte en banque, et même si celui-ci doit exister tant que vous vivrez. Donc, on se rend compte qu'il n'existe absolument rien de permanent, en aucun de nos rapports, en rien - et par conséquent la peur surgit en nous. Elle est un aspect de l'énergie et cette énergie est capturée par ceux qui promettent, disant: « Je sais et vous ne savez pas », « Je suis passé par une expérience et vous pas », « Ceci est vrai et cela ne l'est pas », « Suivez ce système et vous trouverez cette chose que vous cherchez ». Or, pour voir tout cela comme étant complètement et absolument faux, il vous faut de l'énergie, et cette énergie se dissipe tant que vous n'aurez pas compris la peur. Quand il y a en vous une partie qui a peur et une autre qui dit: « Il me faut trouver quelque chose de permanent », il y a une contradiction et cette contradiction est un gaspillage d'énergie.

Donc, sommes-nous capables de mettre complètement de côté tous les aspects de ce que l'on appelle couramment les croyances ou les organisations religieuses - qui en sont venues à n'être plus qu'une distraction, une sorte de passe-temps. Si ceci est vu clairement, est-on capable de le mettre de côté complètement - de sorte que l'on n'est plus exploité par ceux qui promettent ou qui disent: « Je suis passé par telle expérience suprême, c'est moi qui suis le Sauveur » - et qu'ainsi l'homme dispose de l'énergie, qu'il soit dans cet état d'esprit où l'on n'a plus peur de découvrir et, par conséquent, où l'on n'accepte plus aucune autorité, venant de n'importe qui, 1'orateur inclus? Alors, ayant complètement rejeté ce qui est faux, ce qui n'est pas la religion, nous pouvons nous aventurer, découvrir, explorer, nous demandant ce qu'elle pourrait être, ce qu'elle est -

non pas une idée, mais ce qu'elle est. Et cela ni selon moi, ni selon vous, ni selon personne. Si c'est selon l'orateur, celui-ci vit de ce fait dans un monde de malentendus qu'il cherche à vous transmettre, créant ainsi de nouveaux malentendus. Est-ce clair? Ou est-ce trop compliqué?

Voyez-vous, toute communication, toute conversation est très difficile, et cela plus particulièrement quand il s'agit de quelque chose d'assez subtil, où il s'agit de la structure psychologique de la pensée et des sentiments humains. À moins qu'il n'y ait une lucidité en vous-mêmes, au moment même où nous parlons et écoutons, alors tout ce que nous disons ne devient qu'un verbiage sans signification. Nous parlons du contenu entier de la vie, non pas d'un fragment ; nous parlons du champ total de l'action, et non pas d'une action fragmentaire.

La religion est une action qui est complète, totale, qui englobe toute la vie - sans la morceler en vie des affaires, vie sexuelle, vie scientifique et vie religieuse. Nous vivons pour le moment dans un monde d'activités morcelées, chacune contredisant l'autre et cela, ce n'est pas une vie religieuse ; c'est une façon de vivre qui donne naissance à des antagonismes, à la souffrance, la confusion et la tristesse. Il nous faut donc explorer et découvrir par nous-mêmes, non pas en tant qu'individus isolés, mais en tant qu'êtres humains, ce que peut être une action qui est totale à chaque instant où qu'elle se produise - que ce soit dans la vie de famille, dans le monde des affaires, n'importe où, quand nous nous baignons, quand nous parlons -, une action totale et complète ne comportant aucune contradiction interne, et par conséquent une action qui ne donne naissance à aucune souffrance. Cela, c'est la nature de la vie religieuse, c'est le positif.

Nous avons donc rejeté ce que la religion n'est pas et nous disons ce qu'elle est. Et alors, s'il existe une telle action, il y a une vie d'harmonie, une vie où existe une unité entre les hommes, et non pas une vie de contradictions, d'hostilités, d'antagonismes tels que nous avons pu les observer dans chaque religion, malgré tout ce qu'on peut dire sur l'amour et la paix.

La religion est une façon de vivre où règnent une harmonie intérieure, un sentiment d'unité complète. Comme nous l'avons dit, quand vous vous promenez en silence dans la forêt, la lumière du soleil couchant dorant le sommet des montagnes ou se jouant sur une feuille, il y a union complète entre vous-mêmes et ce qui vous entoure. Il n'y a plus de « vous » - il n'y a pas de « mot ». Il n'y a pas d' « observateur », le contenu de ce mot, son tracé - il n'y a pas d'« observateur » du tout et par conséquent pas de contradiction. S'il vous plaît, n'allez pas vous perdre dans un état émotif et imaginaire ; tout ceci implique un dur travail, de voir très clairement comment nous vivons, fragmentairement, un monde d'oppositions, d'antagonismes réciproques, donnant naissance à l'agression, la violence et la haine. Dans cet état-là, aucune possibilité d'unité, cette unité qui signifie amour. Par conséquent, une façon religieuse de vivre, c'est une action totale qui n'admet aucun morcellement, ce morcellement qui se produit tant qu'existent l'observateur, le mot, le contenu du mot, son tracé et tous les souvenirs. Tant que cette entité, l'observateur, existe, il y a forcément contradiction dans l'action.

Ne serait-il pas possible de mettre fin à la haine grâce à son propre opposé - vous comprenez? Si je hais quelqu'un et qu'à partir de cette haine je dis: « Je ne dois pas haïr, je dois aimer », cet amour est issu de cette haine. Chaque opposé plonge ses racines dans son propre opposé.

Nous vivons dans un monde - non seulement extérieurement mais intérieurement - de choses connues. Autrement dit, je connais le passé de mes propres activités ; je connais à travers mon conditionnement passé ; je vis dans le « connu » - c'est un fait évident et qui ne nécessite pas de longues explications. La vie quotidienne, intellectuelle, scientifique, la vie des affaires, tout cela se passe dans le champ du connu. Et nous sommes effrayés à l'idée de sortir de cette dimension. Nous avons le sentiment qu'il existe une autre dimension, qui n'est pas le connu, et nous en avons peur, et nous avons peur de lâcher prise du connu, du passé, de ce qui nous est familier, de ce à quoi nous

sommes habitués. Nous avons peur de l'inconnu ; sommes-nous capables d'être libérés de cette peur et de vivre avec cet « inconnu » - d'être? Si vous avez peur de ce que vous ne connaissez pas, vous commencez à vous en faire des images, à la fois extérieurement et intérieurement. Et dès lors s'établit une division, votre image et la mienne, si subtile qu'elle soit. Donc, l'esprit peut-il demeurer, être avec l'inconnu, vivre en lui? Parce que alors seulement il y a un renouveau de la vie, il y a quelque chose de neuf qui jaillit. Mais si vous vivez toujours dans le connu - comme le font la plupart d'entre nous -, ce connu qui se projette dans l'avenir et auquel vous donnez le nom d'« inconnu », alors il n'est pas l'inconnu, c'est toujours le connu, en tant qu'idée. Dans ce champ du connu il y a toujours répétition, imitation, conformisme, et par conséquent il y a toujours contradiction.
L'observateur est le connu. Quand nous regardons un arbre nous le faisons toujours en ayant en nous l'image de cet arbre en tant qu'espèce, en tant que connu. Vous regardez votre femme, ou votre mari, ou votre voisin, avec une image du connu, jamais vous ne dites: « Je ne connais pas ma femme (ou mon mari) », tout en demeurant dans cet état où vous vous dites: « Vraiment je ne les connais pas » et voyant ainsi ce qui se passe dans vos rapports avec ces choses ou ces personnes. Dès cet instant vous n'acceptez pas, vous êtes sensibilisés, vous êtes éveillés à toutes les choses qui se passent en vous et en elle ; et dès cet instant votre rapport avec elle est quelque chose d'entièrement différent, il n'y a plus d'image construite par les habitudes, par toutes sortes d'expériences et ainsi de suite - par le connu. Vivre avec un autre dans un état d'esprit où n'existe aucune image, un état où on dit: « Je ne te connais pas et tu ne me connais pas », dès cet instant les paroles réciproques deviennent extraordinairement créatrices, il n'y a pas de conflit ; ces rapports éveillent la sensitivité et l'intelligence à leur plus haut degré.
Donc, la vie religieuse est une vie où, dans notre existence quotidienne, règne l'« inconnu » - « Je ne connais pas ». Je me demande si vous vous êtes jamais dit: « Je ne sais véritablement rien de rien. » Vous connaissez sans doute par votre savoir technique, vous savez lire et ainsi de suite, mais intérieurement, psychologiquement, vous êtes-vous jamais dit: « Je ne sais pas » et cela absolument sincèrement, sans pour cela côtoyer la névrose? Si jamais cela vous est arrivé, non pas verbalement mais réellement, vous vous apercevrez que tout conditionnement disparaît. Se dire à soi-même: « Je ne sais pas » et vivre dans cet état, cela exige une immense énergie parce que, autour de vous, tout le monde fonctionne dans le connu - votre femme, votre mari, tout ce qui vous entoure part du connu. Et quand vous dites, vous, que vous ne savez pas, vous êtes toujours en danger et il faut une grande énergie, une grande intelligence pour demeurer dans un tel état. Mais alors l'esprit apprend à connaître d'instant en instant ; apprendre à connaître n'est pas un processus accumulatif.
Vivre est action, vivre signifie agir ; la vie religieuse est une vie d'action qui ne se poursuit conformément à aucun modèle particulier, mais une action où il n'y a aucune contradiction, une action qui n'est pas brisée, morcelée en vie d'affaires, vie mondaine, sociale, politique, religieuse, familiale et ainsi de suite, la vie où nous sommes conservateurs ou libéraux. Voir qu'il existe une action totale, non fragmentaire mais complète et vivre de cette façon-là, c'est la vie religieuse, et vous ne pouvez agir ainsi que quand existe l'amour - aimer. Et l'amour n'est pas le plaisir, cultivé, entretenu par la pensée ; l'amour n'est pas une chose que l'on puisse cultiver. Et seul l'amour peut susciter cette action globale et peut faire naître ce sentiment d'unité complète.
L' « inconnu » n'est pas quelque chose d'extraordinaire. Vivre sans cesse dans le connu fait de l'inconnu son opposé, quelque chose de contraire. Mais quand vous avez compris une fois la nature du « connu », les expériences passées, les images que l'on s'est faites du monde, voyant partout des nations, des races, une différenciation entre les différentes croyances religieuses dogmatiques - tout cela, c'est le connu -, et si l'esprit ne s'y laisse pas pendre, l'amour peut exister. Autrement, vous pourrez faire tout ce que vous voudrez, créer d'innombrables organisations dans le dessein d'établir la paix dans

le monde, il n'y aura pas de paix.
Et si l'on demande encore, un être humain, vous et moi, ou un autre, sommes-nous capables d'appréhender une vie qui ne connaît pas la mort? Pouvons-nous déboucher sur une vie qui est en réalité en dehors du temps? Autrement dit, une vie où la pensée, qui, elle, engendre le temps psychologique et la peur qui en résulte, prend fin. La pensée a bien sa propre importance, mais psychologiquement elle n'en a aucune. La pensée est créatrice du mal, la pensée est intérieurement toujours à la recherche du plaisir ; l'amour n'est pas plaisir, il est félicité, c'est quelque chose d'entièrement différent. Quand tout cela est vu très clairement et que l'on vit de cette façon-là - non pas verbalement, non pas dans un monde de malentendus, mais quand tout cela est absolument simple et clair - alors peut-être qu'il y a une vie sans commencement, sans fin, une vie qui ne connaît pas le temps.

Saanen, le 28 juillet 1968

Huit Conversations

Première Conversation

Question : Je voudrais bien me trouver subitement dans un monde entièrement différent, être suprêmement intelligent, heureux, et ressentir un amour profond. Je voudrais me trouver sur l'autre rive du fleuve, ne pas avoir à lutter pour le traverser et m'adresser à des experts afin de savoir comment m'y prendre. J'ai voyagé dans de nombreuses parties du monde et j'ai pu constater les efforts que fait l'homme dans différents domaines de la vie. Rien ne m'a jamais attiré que la religion. Je ferais n 'importe quoi pour atteindre l'autre rive, pour pénétrer dans une dimension différente et voir toutes choses comme si c'était pour la première fois, les voir avec des yeux dessillés. Je suis pénétré du sentiment qu'il doit exister un moyen de briser subitement avec toute notre existence bruyante et criarde. Il faut qu "il existe! Tout récemment, alors que j'étais en Inde, j'ai entendu sonner la cloche d'un temple et j'en ressentis un effet très étrange. Il me vint subite-ment une extraordinaire sensation d'unité et de beauté, une sensation qui m avait été jusque-là tout à fait inconnue. Elle surgit si subitement que je m'en sentais étourdi, c'était une chose réelle, ce n'était ni une illusion ni un effet de l'imagination. Alors survint un guide qui me demanda s'il pouvait me faire visiter les temples, et sur L'instant je me retrouvai dans un univers de bruit et de vulgarité. Je voudrais bien ressaisir cette impression mais évidemment, comme vous Le dites, ce n 'est qu'un souvenir mort et par conséquent sans valeur. Que puis-je faire ou ne pas faire pour atteindre l'autre rive?
Krishnamurti : Il n'y a pas de chemin menant à l'autre rive. Il n'existe aucune action, aucun comportement, aucune recette qui puisse ouvrir la porte sur cet autre monde. Il ne fait pas partie d'un processus d'évolution, ce n'est pas le terme dernier d'une discipline ; il ne peut être ni acheté ni donné ni sollicité. Si ceci est bien clairement compris, si l'esprit s'est oublié lui-même et ne parle plus de l'autre rive ni de cette rive - si l'esprit a cessé de tâtonner et de chercher, s'il y a dans l'esprit lui-même un vide total, un espace -, alors et alors seulement la Chose est là.
Question : Verbalement je comprends ce que vous dites, mais je ne peux pas cesser de tâtonner, d'aspirer parce que je ne peux pas croire, et ce sentiment est bien enraciné en moi, qu il n'y ait aucun chemin, aucune discipline, aucune action qui puisse m'amener à l'autre rive.
Krishnamurti : Qu'entendez-vous par « je ne peux pas croire qu'il n'y ait aucun chemin »? Voulez-vous dire qu'il existe un instructeur qui vous prendra par la main et qui vous portera?
Question : Non. Mais j'espère qu un de ceux qui comprennent pourra me l'indiquer directement, parce qu'il faut que Cela soit présent tout le temps puisque c'est une réalité.
Krishnamurti : Mais sûrement tout ceci n'est qu'hypothèse. Vous avez ressenti cette impression subite de réalité quand vous avez entendu la cloche du temple mais, comme vous l'avez dit, c'est un souvenir, et à partir de ce souvenir vous arrivez à la conclusion que Cela doit être là toujours parce que c'est le réel. La réalité est une chose étrange ; quand vous ne regardez pas vers elle, elle est là, mais dès l'instant où vous regardez avec avidité, ce que vous trouvez n'est que le sédiment de votre avidité, et non pas la réalité. La réalité est une chose vivante, elle ne peut être saisie, et vous n'avez pas le droit de dire qu'elle est toujours là. Il n'existe de chemin que pour atteindre une chose stationnaire, un point fixe, statique. Comment pourrait-il exister un chemin ou un guide pour atteindre une chose toujours mouvante, qui ne connaît aucun lieu de repos? L'esprit est tellement avide dans son désir de l'atteindre, de la saisir, qu'il en fait une chose morte. Donc, pouvez-vous mettre de côté le souvenir de cet état qui fut le vôtre? Pouvez-vous mettre de côté l'instructeur, le chemin, le but à atteindre - les mettre de

côté si complètement que votre esprit soit vidé de toute cette recherche? Pour le moment votre esprit est si occupé par son désir écrasant que cette occupation même devient un obstacle. Vous cherchez, vous demandez, vous avez soif de poser les pieds sur l'autre rive. Mais l'autre rive implique qu'existe cette rive-ci, et pour aller de cette rive à l'autre il faut franchir un espace et disposer de temps. C'est là ce qui vous maintient et ce qui donne naissance à ce douloureux désir de l'autre rive. Voilà le problème véritable - le temps qui divise, l'espace qui sépare, le temps qu'il faut pour atteindre l'autre rive et l'espace qui est la distance entre ceci et cela. Ceci veut devenir Cela et s'aperçoit que c'est chose impossible à cause de la distance et du temps qu'il faut pour parcourir cette distance. En tout ceci il n'y a pas seulement comparaison mais encore mensuration, et un esprit capable de mesurer est également capable d'illusion. Cette division du temps et de l'espace existant entre Ceci et Cela, c'est le processus du mental, qui est pensée. Voyez-vous, quand existe l'amour, le temps disparaît et l'espace disparaît aussi. Ce n'est que quand interviennent la pensée et le désir que surgit un intervalle de temps qu'il faut enjamber. Ceci, quand vous le voyez, vous pouvez dire que Ceci est Cela.

Question : Mais je ne le vois pas. Je sens bien que ce que vous dites est vrai, mais cela m'échappe.

Krishnamurti : Monsieur, vous êtes tellement impatient, et cette impatience même constitue sa propre agressivité. Vous attaquez, vous affirmez. Vous n'avez pas la sérénité permettant de regarder, d'écouter, de ressentir profondément. A toute force vous voulez atteindre l'autre rive et vous nagez désespérément en ne sachant même pas où se trouve cette autre rive. L'autre rive est peut-être celle-ci et par conséquent, en nageant, vous vous en éloignez. Permettez-moi de vous suggérer une chose: cessez de nager. Ceci ne veut pas dire que vous devez devenir morne, que vous devez végéter et ne rien faire, mais plutôt que vous demeuriez passivement à l'écoute, lucide, sans qu'il y ait en vous la moindre nuance de choix ni de mensuration - voyez alors ce qui se passera. Il ne se passera peut-être rien du tout, mais si vous attendez que cette cloche sonne de nouveau, si vous vous attendez que ce sentiment, cette félicité vous revienne, alors vous nagez dans le sens opposé. Être serein et calme exige une grande énergie ; en nageant vous dissipez cette énergie. Et vous avez besoin de toute votre énergie pour que s'établisse le silence de l'esprit, et ce n'est que dans le vide, dans le vide complet, que peut naître quelque chose de nouveau.

Deuxième Conversation

Question : Tous les gens soi-disant religieux ont quelque chose qui leur est commun et je distingue ce point commun dans la plupart des gens qui viennent vous écouter. Tous sont à la recherche de quelque chose qu 'ils appellent, selon les cas, le nirvana, la libération, l'illumination, la réalisation de soi, l'éternité ou Dieu. Ils ont un but bien défini qu 'ils tiennent devant eux grâce à différents enseignements, et chacun de ces enseignements, de ces sytèmes comporte une série de livres sacrés, de disciplines, d'instructeurs, chacun a sa propre moralité, sa philosophie, ses promesses et ses menaces - un chemin ou bien une voie étroite, une exclusion du reste du monde et promettant au bout de tout cela un paradis ou un autre. La plupart de ces chercheurs vont d'un système à un autre, substituant le dernier enseignement à celui qu ils viennent de laisser tomber. IL passent à 'une orgie émotive à une autre sans remarquer que c 'est toujours le même processus qui agit pendant toutes ces recherches. Certains s'en tiennent à un seul système avec un seul groupe et se refusent à bouger. D'autres en arrivent à croire qu ils ont réalisé l'objet de leur désir et passent leurs journées dans une espèce de félicité faite d'isolement, attirant à leur tour un groupe de disciples pour mettre en branle à nouveau tout ce cycle d'activités. Dans tout ceci on sent la contrainte d'une avidité, d'une soif d'aboutir à une réalisation quelconque, habituellement suivie de cruelles déceptions, de frustrations et d'échecs. Tout ceci me paraît terriblement malsain. Ces gens sacrifient leur vie ordinaire à quelque but imaginaire et de tout cela émane une atmosphère empuantie: fanatisme, hystérie, violence et stupidité. On s'étonne de trouver parmi eux certains écrivains de valeur qui paraissent être sains d'esprit. Tout ceci, on l'appelle religion, tout ceci me paraît absolument nauséabond. C'est de l'encens de piété. Je l'ai observé partout. Cette recherche de l'illumination fait des ravages et d'innombrables personnes sont sacrifiées à cette illusion. Eh bien, maintenant, je voudrais vous demander si réellement cela existe, l'illumination, et si cela existe qu 'est-ce que c'est?
Krishnamurti : Si c'est une évasion de la vie quotidienne, celle-ci étant cet extraordinaire mouvement dans l'univers des relations, alors cette prétendue réalisation, cette prétendue illumination, ou tout autre nom dont vous voulez l'affubler, n'est qu'illusion et hypocrisie. Tout ce qui nie l'amour et la compréhension de la vie et de l'action est forcément cause d'immenses dégâts. L'esprit en est déformé et la vie devient quelque chose d'horrible. Si donc ceci est bien admis nous pouvons peut-être avancer et chercher à découvrir si l'illumination - quel que soit le sens de ce mot - peut se trouver dans l'acte même de vivre. Après tout, vivre est plus important qu'aucune idée, qu'aucun idéal, qu'aucun but, qu'aucun principe. C'est parce que nous ne savons pas ce que c'est que de vivre que nous inventons tous ces concepts irréels et visionnaires qui nous offrent des évasions. La question véritable est celle-ci: peut-on trouver l'illumination dans le fait même de vivre, dans les activités quotidiennes ou bien cette illumination n'existe-t-elle que pour une minorité douée d'une faculté extraordinaire qui leur permet de découvrir cette béatitude? L'illumination signifie qu'on est une lumière à soi-même, mais une lumière qui n'est pas une autoprojection ni un effet de l'imagination ni une idiosyncrasie personnelle. Après tout, tel a toujours été l'enseignement de la religion véritable et non pas des croyances et de la peur organisée.
Question : Vous parlez d'un enseignement de la religion véritable. Cette affirmation suscite immédiatement l'idée des professionnels et des spécialistes s'opposant au reste du monde. Entendez-vous donc que la religion soit séparée de la vie?
Krishnamurti : La religion n'est pas séparée de la vie, au contraire elle est la vie même. C'est cette division entre la religion et la vie qui est cause de toute cette souffrance, de toutes ces misères dont vous parlez. Nous en revenons donc à la question fondamentale de savoir s'il est possible de connaître dans la vie quotidienne un état qui, pour le moment, peut être nommé illumination.

Question : Et je ne sais toujours pas ce que vous entendez par illumination.
Krishnamurti : Un état de négation. La négation est l'action la plus positive qui soit, au contraire de nos affirmations positives. C'est là une chose très importante à comprendre. La plupart d'entre nous acceptent si aisément des croyances et des dogmes positifs parce que nous avons soif d'être en sécurité, d'appartenir, d'être attaché, de dépendre. Cette attitude positive divise et fait naître la dualité. Alors commence le conflit entre cette attitude et autre chose. Mais la négation de toutes les valeurs, de toute moralité, de toute croyance, de toute frontière, cette négation ne peut s'opposer à rien. Une affirmation positive par sa définition même sépare, et cette séparation est résistance. Nous y sommes habitués, c'est notre conditionnement. Nier tout ceci n'est pas immoral, au contraire. Nier toute division, toute résistance est la moralité la plus haute qui soit. Nier tout ce que l'homme a inventé, toutes ses valeurs, son éthique, ses dieux, c'est être dans un état d'esprit où n'existe plus aucune dualité et par conséquent aucune résistance, aucun conflit entre les opposés. Dans cet état il n'y a plus d'opposés, et cet état n'est l'opposé de rien.
Question : Mais alors comment peut-on savoir ce qui est bien et ce qui est mal? Ou bien n existe-t-il ni bien ni mal? Qu'est-ce qui va m'empêcher de commettre un crime ou mime un assassinat? Si je n 'ai aucun principe, qu 'est-ce qui va m'empêcher de tomber dans Dieu sait quelle aberration?
Krishnamurti : Nier tout ceci, c'est se nier soi-même, l'entité conditionnée qui est continuellement à la poursuite d'un bien conditionné. Pour la plupart d'entre nous la négation apparaît comme un vacuum parce que nous ne connaissons d'activité qu'à partir d'une prison, celle de notre conditionnement, de notre peur et de notre souffrance. C'est à partir de cette prison que nous contemplons la négation et nous voyons en elle un état affreux d'oubli, de vide. Pour l'homme qui nie toutes les affirmations de la société, de la religion, de la culture et de la moralité, celui qui est encore dans la prison du conformisme social est un homme promis à la souffrance. La négation est un état d'illumination qui fonctionne dans toutes les activités de l'homme libéré du passé. C'est le passé avec ses traditions, ses autorités qui doit être nié. La négation est liberté et c'est l'homme libre qui vit, qui aime, et qui sait ce que c'est que mourir.
Question : Ceci est clair ; mais vous ne dites rien des signes intimes qui nous atteignent, du transcendant, du divin ou de quelque nom que vous vouliez lui donner.
Krishnamurti : De tels signes ne peuvent être trouvés que dans la liberté, et toute affirmation à ce sujet est la négation même de la liberté ; toute affirmation devient une communication verbale dépourvue de sens. La chose est là, mais ne peut être ni trouvée ni sollicitée, et surtout ne peut être prisonnière d'aucun système, ne peut se laisser prendre au piège d'aucune des astuces du mental. Cela ne se trouve ni dans les églises ni dans les temples ni dans les mosquées. Aucun chemin n'y mène, aucun gourou, aucun système n'en peut révéler la beauté ; son extase ne prend naissance que là où il y a l'amour. Telle est l'illumination.
Question : Cet état entraîne-t-il une compréhension nouvelle de la nature de l'univers ou de la conscience ou de l'existence? Tous les textes religieux sont pleins de ce genre de choses.
Krishnamurti : Ceci revient à se poser des questions sur l'autre rive alors que l'on vit et que l'on souffre sur celle-ci. Quand vous êtes sur l'autre rive vous êtes tout et vous n'êtes rien, et de telles questions ne se posent jamais. Toutes ces questions appartiennent à cette rive et sont en réalité sans signification. Commencez à vivre et vous vous y trouverez sans demander, sans chercher, sans craindre.

Troisième Conversation

Question : Je vois combien il est important de mettre fin à la peur, à la souffrance, à la colère, à tout le labeur de l'homme. Je vois qu'il faut poser les bases d'un comportement juste, ce que Ton appelle en général le bien, et qu'en tout cela il n'y a ni haine ni envie et aucune de cette brutalité dont l'homme est imprégné. Je vois aussi qu'il faut qu'existe la liberté, non pas la libération d'aucune chose particulière, mais la liberté en elle-même, et que l'on ne doit pas éternellement vivre dans la prison faite de ses désirs et de ses exigences. Tout ceci, je le vols très clairement et je m'efforce - bien que probablement vous n 'aimiez pas ce mot, « s'efforcer » - de vivre à la lumière de cette compréhension. Dans une certaine mesure j'ai approfondi la nature de mon moi Je ne me suis attaché à aucune des choses de ce monde et à aucune religion. Et maintenant, je voudrais vous poser la question: étant admis qu'on est libre, non seulement extérieurement mais intérieurement, de toute cette souffrance, de toute cette confusion de l'existence, qu'existe-t-il au-delà du mur? Quand je dis le mur, je veux dire la peur, la souffrance et l'incessante pression de la pensée. Quelle chose peut être vue quand l'esprit est calme et n 'est engagé en aucune activité particulière?

Krishnamurti : Qu'entendez-vous quand vous dites: « qu'existe-t-il »? Entendez-vous une chose que l'on puisse percevoir, sentir, expérimenter ou comprendre? Demandez-vous par hasard ce que c'est que l'illumination? Ou bien demandez-vous ce qui est là quand l'esprit a cessé d'errer et se trouve dans un état de silence? Demandez-vous ce qu'il y a de l'autre côté quand l'esprit est véritablement immobile?

Question : Je demande toutes ces choses. Quand l'esprit est silencieux il semble qu'il n'y ait plus rien. Il faut qu'il y ait quelque chose d'immensément important que l'on peut découvrir derrière toute pensée. Le Bouddha et quelques autres ont parlé de ce quelque chose si vaste qu'ils ne peuvent l'exprimer en paroles. Le Bouddha a dit: « Ne mesurez pas l'immensurable avec des paroles. » Chacun a connu des instants ou l'esprit était absolument immobile et il ne semble pas qu'il y ait quelque chose de tellement immense en tout cela ; simplement c'était le vide. Et pourtant on a le sentiment qu'il existe quelque chose « juste derrière le coin de la rue », quelque chose qui transforme toute l'existence quand une fois on l'a découvert. Il semblerait, d'après ce qu'on a entendu dire, que pour découvrir cette chose l'esprit doit être silencieux. Je vois aussi que seul un esprit silencieux, un esprit qui n 'est pas encombré, peut être véritablement perceptif et efficace. Mais il faut qu'il y ait beaucoup plus qu'un pur et simple esprit silencieux, sans encombrement - quelque chose de plus qu'un esprit plein de fraîcheur, d'innocence et même d'amour.

Krishnamurti : Donc quelle est la question? Vous avez dit qu'un esprit silencieux, sensitif, éveillé est nécessaire non seulement pour être efficace mais encore pour percevoir les choses qui sont autour de vous et en vous-même.

Question : Tous les philosophes et tous les savants perçoivent quelque chose tout le temps. Certains sont étonnamment doués, beaucoup d'entre eux sont même vertueux. Mais quand on a parcouru tout ce qu'ils ont perçu, créé ou exprimé, ce n'est véritablement pas grand-chose, et il n'y a certainement aucune indication de quelque chose de divin.

Krishnamurti : Demandez-vous s'il existe quelque chose de sacré au-delà de tout ceci? Demandez-vous s'il existe une dimension différente dans laquelle l'esprit peut vivre et percevoir quelque chose qui ne soit pas une pure et simple formule intellectuelle née d'une certaine subtilité du mental? Demandez-vous d'une façon détournée s'il existe ou s'il n'existe pas un principe suprême?

Question : Beaucoup de gens ont affirmé d'une façon propre à convaincre qu'il existe un immense trésor qui est la source vive de la conscience. Tous sont d'accord pour dire que cela dépasse toute description. Ils ne sont plus d'accord quand ils s'agit de savoir comment le percevoir. Mais tous paraissent croire que la pensée doit cesser avant qu'il

ne se manifeste. Certains disent que c'est la substance même dont est faite la pensée et ainsi de suite, et ainsi de suite. Tous sont d'accord pour dire que l'on ne vit pas véritablement tant qu'on ne l'a pas découvert. Apparemment vous-même dites à peu près la même chose. Or, moi, je ne suis aucun système, aucune discipline, aucun gourou, aucune croyance. Je n'ai besoin d'aucune de ces choses pour savoir qu'il existe quelque chose de transcendant. Quand on regarde une feuille d'arbre ou un visage humain on se rend très bien compte qu "il existe quelque chose de beaucoup plus vaste, qui déborde les explications scientifiques ou biologiques de l'existence. Il semblerait que vous avez bu à cette source. Nous écoutons ce que vous dites. Avec soin et minutie vous montrez combien la pensée est triviale et limitée. Nous écoutons, nous réfléchissons et nous arrivons à un silence qui est chose nouvelle pour nous. Le conflit prend fin. Mais après?
Krishnamurti : Pourquoi posez-vous cette question?
Question : Vous demandez à un aveugle pourquoi il veut voir.
Krishnamurti : Ma question n'était pas une malice et n'était pas non plus destinée à vous faire remarquer qu'un esprit silencieux ne pose aucune question, mais elle avait pour objet de découvrir si véritablement vous recherchez quelque chose de transcendant. Si c'est là ce que vous faites, quel est le mobile caché derrière cette recherche - une curiosité, un désir urgent de découvrir, ou la soif de voir une beauté telle que vous ne l'avez jamais encore vue? N'est-il pas important pour vous de découvrir par vous-même si vous êtes à la recherche du « plus » ou si vous vous efforcez de voir exactement ce qui existe? Ce sont deux choses incompatibles. Si vous pouvez écarter toute notion du « plus », alors nous demandons seulement ce qui est quand l'esprit est silencieux. Que se passe-t-il vraiment quand l'esprit est véritablement tranquille? C'est là la vraie question, n'est-ce pas, et non pas ce qui est transcendant ni ce qui se trouve au-delà.
Question : Ce qui de trouve au-delà, c'est bien ma question.
Krishnamurti : Ce qui est au-delà ne peut être trouvé que quand l'esprit est silencieux. Il peut exister quelque chose, il peut ne rien y avoir du tout. Par conséquent la seule chose importante est que l'esprit soit silencieux. Encore une fois si ce qui vous intéresse est de savoir ce qu'il y a au-delà, alors vous ne regardez pas l'état de silence lui-même. Si, pour vous, le silence n'est qu'une porte inutile pour vous conduire à ce qui est au-delà, alors ce n'est pas la porte qui vous intéresse, et pourtant c'est la porte elle-même qui est importante, le silence lui-même. Par conséquent vous ne pouvez pas demander ce qui est au-delà. La seule chose importante, c'est que l'esprit soit silencieux. Que se passe-t-il alors? Voilà ce qui nous intéresse et non pas ce qu'il y a au-delà de ce silence.
Question : • Vous avez raison. Pour moi ce silence n'a d'autre importance que d'être une porte.
Krishnamurti : Comment savez-vous que ce n'est qu'une porte? Que ce n'est pas la chose elle-même? Les moyens sont la fin, ce ne sont pas deux choses séparées. Le silence est le seul fait et non ce que, par lui, vous pourriez découvrir. Demeurons avec le fait et voyons ce qu'est le fait. C'est d'une grande importance, peut-être de la plus grande importance, que ce silence soit silence en soi et non pas quelque chose que l'on produit comme un moyen en vue d'une fin, quelque chose que l'on produit grâce à des drogues, une discipline ou une répétition de paroles.
Question : Ce silence vient de lui-même sans mobile et sans cause.
Krishnamurti : Mais vous en faites un moyen.
Question : Non. J'ai connu le silence et je constate qu'il n'arrive rien.
Krishnamurti : C'est bien là toute la question. Il n'y a pas d'autre fait que le silence, celui qui n'a été ni sollicité ni produit ni recherché, mais qui surgit naturellement grâce à l'observation, la compréhension de soi-même et du monde qui nous entoure. En tout cela il n'y a aucun mobile ayant fait naître ce silence. S'il y a la moindre nuance, le moindre soupçon d'un mobile, alors ce silence est voulu, orienté et par conséquent ce n'est pas le silence. Si vous pouvez dire honnêtement que ce silence est liberté, alors ce qui se passe véritablement dans ce silence est notre unique préoccupation. Quelle est la

qualité, quelle est la texture de ce silence? Est-il superficiel, passager, susceptible d'être mesuré? En avez-vous conscience quand il a pris fin ou au moment où il durait? Si vous avez conscience d'avoir connu le silence, c'est alors un souvenir et par conséquent c'est une chose morte. Si vous avez conscience du silence alors qu'il est là, est-ce un véritable silence? S'il n'y a aucun observateur - c'est-à-dire aucun assortiment de souvenirs -, est-ce alors silence? Est-ce quelque chose d'intermittent, une marée qui monte et qui descend selon la chimie de notre corps? Est-ce qu'il surgit quand vous êtes seul, ou entouré de gens, ou quand vous vous efforcez de méditer? Ce que nous cherchons à découvrir, c'est la nature de ce silence, est-il riche, est-il pauvre? (Je ne veux pas dire riche d'expériences ni pauvre par inexpérience.) Est-il plein ou superficiel? Est-il innocent ou construit? Un esprit est capable de contempler un fait et de n'en pas voir la beauté, la profondeur, la qualité. Est-il possible d'observer ce silence sans qu'il y ait observateur? Et quand il y a silence, n'existe-t-il que ce silence et rien d'autre? Et alors dans ce silence que se passe-t-il? Est-ce là ce que vous demandez?
Question : Oui
Krishnamurti : Existe-t-il une observation du silence par le silence et dans le silence?
Question : Cela, c'est une question toute nouvelle.
Krishnamurti : Ce n'est pas une question nouvelle si vous avez suivi le fil de nos paroles. Le cerveau tout entier, le mental, les sentiments, le corps, tout est calme, tranquille. Cette tranquillité, ce silence sont-ils capables de se contempler eux-mêmes et non pas comme un observateur qui est silencieux? La totalité de ce silence peut-elle observer sa propre totalité? Le silence prend conscience de lui-même - et en ceci il n'y a aucune division séparant l'observateur de la chose observée. Voilà le point important. Le silence ne s'utilise pas de lui-même dans le dessein de découvrir quelque chose au-delà de lui-même. Il n'existe que ce silence. Et voyez maintenant ce qui se passe.

Quatrième Conversation

Question : Il existe en moi une habitude prédominante ; j'en ai d'autres mais elles sont d'importance moindre. Je suis en lutte contre cette habitude depuis aussi longtemps qu'il m'en souvienne. Elle a dû se former dans ma petite enfance. Personne ne semblait en avoir suffisamment le souci pour la corriger et petit à petit, tandis que je grandissais, elle s'est enracinée de plus en plus. Elle du paraît parfois mais toujours pour revenir. Il ne semble pas que je puisse m'en débarrasser. Je voudrais m'en rendre complètement maître. Et c 'est devenu pour moi comme une véritable manie que de vouloir la dompter. Que puis-je faire?
Krishnamurti : D'après ce que vous dites, vous avez pris une habitude depuis de nombreuses années et puis vous en avez cultivé une autre, celle de combattre la première. Donc, vous voulez vous débarrasser d'une habitude et pour cela en nourrir une autre qui est la négation de la première. Vous combattez une habitude par une autre. Quand vous vous sentez incapable de vous débarrasser de la première vous éprouvez un sentiment de culpabilité, de honte, de dépression, vous êtes peut-être irrité contre vous-même à cause de votre faiblesse. La première habitude et l'autre ne sont que les deux faces d'une même pièce de monnaie: sans la première, la seconde n'existerait pas. Par conséquent la seconde est en fait une prolongation de la première, une réaction. Et maintenant vous vous trouvez devant deux problèmes alors qu'au commencement il n'y en avait qu'un.
Question : Je sais bien ce que vous allez dire, connaissant votre point de vue sur la lucidité, l'attention ; mais je ne peux pas être en éveil tout le tempe.
Krishnamurti : Donc maintenant il y a en vous plusieurs choses qui se passent à la fois: d'abord l'habitude primordiale, puis le désir de vous en débarrasser, puis le sentiment de frustration parce que vous avez échoué, et enfin une résolution d'être constamment en éveil. Tout ce réseau s'est formé parce que, profondément, vous avez le désir de vous débarrasser de cette première habitude ; c'est là ce qui vous pousse, et tout le temps vous oscillez entre l'habitude et votre volonté de la combattre. Vous ne voyez pas que le véritable problème, c'est d'avoir des habitudes bonnes ou mauvaises, et non pas telle ou telle habitude particulière. Par conséquent la véritable question est celle-ci: est-il possible de rompre avec une habitude sans effort, sans alimenter son opposé, et sans la supprimer par une résistance? Une vigilance constante est simplement une nouvelle habitude parce qu'elle doit sa naissance à celle qu'elle cherche à dominer.
Question : Vous voulez dire, suis-je capable de me débarrasser de cette habitude sans donner naissance à ce réseau compliqué de réactions qui prolifèrent à va suite?
Krishnamurti : Tant que vous nourrissez la volonté de vous en débarrasser, ce réseau compliqué de réactions est en pleine activité. La volonté de vous en débarrasser est en elle-même ce réseau de réactions. Donc en fait vous n'avez pas mis fin à cette réaction vaine et puérile.
Question : Mais enfin, tout de même, il faut que je fasse quelque chose!
Krishnamurti : Ceci montre que vous êtes complètement dominé par cet unique désir. Ce désir et les réactions qui en découlent ne sont pas différents de l'habitude elle-même, ils s'alimentent réciproquement. Le désir d'être supérieur ne diffère en rien du fait d'être inférieur, et ainsi le supérieur est l'inférieur. Le saint est le pécheur.
Question : Alors je dois tout simplement ne rien faire à ce sujet?
Krishnamurti : Ce que vous faites, c'est de nourrir une habitude qui s'oppose à l'ancienne.
Question : Mais si je ne fais rien, je reste avec la première habitude et nous en revenons à notre point de départ.
Krishnamurti : Y sommes-nous vraiment revenus? Sachant que tout ce que vous faites pour rompre avec une habitude, c'est d'en nourrir une autre, il ne peut y avoir qu'une seule action, qui est de ne rien faire du tout contre cette première habitude. Tout ce que

vous pourrez faire sera toujours dans le cadre des habitudes. Donc ne rien faire du tout, avoir le sentiment que vous n'avez pas à la combattre, c'est la suprême action de l'intelligence. Tout ce que vous pourrez faire de positif vous maintient dans le champ des habitudes. Dès l'instant où ceci est vu très clairement, il surgit immédiatement un sentiment de soulagement, un sentiment d'une grande légèreté. Vous voyez maintenant que combattre une habitude au moyen d'une autre ne met pas fin à la première et vous cessez de la combattre.
Question : Alors il ne demeure que la première habitude, mais il n'y a à son égard aucune résistance.
Krishnamurti : Toute forme de résistance ne fait que la nourrir. Mais ceci ne veut pas dire que vous persistez dans votre état. Vous avez pris conscience de la première habitude et de l'activité de son opposé, laquelle est encore une habitude, et cette prise de conscience vous fait voir comment tout ce que vous pouvez faire à l'égard d'une habitude vous conduira à en former une autre. Donc, ayant observé ce processus dans son entier, votre intelligence vous dit: « Ne faites rien contre cette habitude, n'y accordez aucune attention. Ne vous y intéressez pas, parce que plus vous en êtes préoccupé, plus elle devient active. » Mais maintenant votre intelligence agit et observe. Cette observation est entièrement différente d'une vigilance destinée à résister à l'habitude et à agir. Si vous avez le sentiment de cette intelligence qui observe, ce sentiment, lui, agira à l'égard de l'habitude, et non pas la vigilance due à une résolution ou à une volonté. Ce qui est important n'est donc pas l'habitude mais la compréhension de l'habitude, qui fait naître l'intelligence. Cette intelligence reste éveillée sans être alimentée par le désir, qui est volonté. Dans la première attitude l'habitude est combattue par une résistance, dans la seconde il n'y a aucune confrontation, c'est là l'intelligence. L'action de l'intelligence a fait dépérir la résistance à l'habitude et c'est cette résistance qui l'alimentait.
Question : Vous voulez dire qu'alors je me suis débarrassé de mon habitude?
Krishnamurti : Avancez lentement et n'admettez pas à la hâte que vous vous en êtes débarrassé. Ce qui est plus important que l'habitude, c'est cette compréhension, qui est intelligence. Cette intelligence est une chose sacrée et par conséquent elle ne doit être manipulée qu'avec des mains propres, elle ne doit pas être utilisée pour des petits amusements triviaux. Votre petite habitude est sans importance aucune. Dès que l'intelligence est là l'habitude est triviale ; si l'intelligence n'est pas là, vous n'avez devant vous que la roue des habitudes.

Cinquième Conversation

Question : Je m aperçois que je suis terriblement attaché aux gens et que je dépends d'eux. Dans tous mes rapports cet attachement devient une sorte d'exigence possessive entraînant un sentiment de domination. Je suis dépendant et, m'apercevant de l'inconfort et de la souffrance qui en découlent, je m'efforce d'être détaché. Ensuite je me sens affreusement seul et incapable de faire face à cette solitude, et je m'évade par la boisson et encore d'autres façons. Et pourtant je ne me contente pas de vivre dans des rapports superficiels et passagers.

Krishnamurti : Il y a l'attachement, puis la lutte pour être détaché, et alors prend naissance un conflit plus profond, la peur de la solitude. Donc quel est votre problème, que cherchez-vous à découvrir, à apprendre? Si tous les rapports sont une affaire de dépendance? Vous dépendez de votre entourage, des gens de votre entourage. Est-il possible non seulement d'être libéré de l'entourage, des gens, mais d'être libre en vous-même afin de ne dépendre de rien ni de personne? Peut-il exister une félicité qui n'est pas le résultat de l'environnement ni des relations? L'environnement change, les gens changent et si vous en dépendez vous êtes lié ou bien vous devenez indifférent, endurci, cynique et dur. Donc la question n'est-elle pas de savoir si vous êtes capable de vivre une vie de liberté et de joie qui ne soit pas le résultat de votre entourage humain ou autre? C'est une question très importante. La plupart des êtres humains sont esclaves de leur famille ou de leurs circonstances, et ils veulent modifier les circonstances et les gens, espérant ainsi découvrir le bonheur, désirant vivre d'une vie plus libre, plus ouverte. Mais, même s'ils parviennent à créer leur propre entourage, à choisir leurs propres relations, bientôt ils en viennent à dépendre à nouveau du nouvel environnement et des nouveaux amis. La dépendance sous aucune forme peut-elle amener un état de joie? Cette dépendance est également un désir de s'exprimer, d'être quelque chose. L'homme qui possède un certain don, un certain talent arrive à en dépendre et quand ce talent diminue ou disparaît complètement il est perdu, il devient triste et laid. Ainsi, dépendre psychologiquement de n'importe quoi - de gens, de possessions, d'idées, de talent -, c'est solliciter la souffrance. Alors on demande: « Existe-t-il une félicité qui ne dépende d'aucun objet? Existe-t-il une lumière qui ne soit allumée par aucune autre personne? »

Question : Jusqu'à présent toute ma joie a toujours été allumée par quelque chose ou par quelqu'un d'extérieur à moi, ainsi je ne peux pas répondre à cette question. Peut-être même que je n'ose pas me la poser parce que je pourrais être amené à changer ma façon de vivre. Certainement je dépends de livres, d'alcool, de sexualité et de mes amitiés.

Krishnamurti : Mais quand vous voyez par vous-même et clairement que cette dépendance engendre différentes formes de crainte et de souffrance, alors n'en venez-vous pas inévitablement à vous poser cette autre question, qui n'est pas tant de savoir comment s'affranchir de l'entourage et des amis, mais plutôt s'il existe une joie, une félicité qui soit sa propre lumière?

Question : Je peux me poser cette question mais elle est sans valeur. Étant prisonnier de toutes ces choses, il n'existe rien d'autre pour moi.

Krishnamurti : Ce qui vous préoccupe, c'est la dépendance avec tout ce qu'elle implique et c'est un fait. Puis il y a un fait plus profond, qui est la solitude, le sentiment d'être isolé. Quand nous nous sentons seuls nous nous attachons à notre entourage, à la boisson, à toutes sortes d'autres évasions. L'attachement est une évasion de la solitude. Cette solitude peut-elle être comprise et peut-on découvrir par soi-même ce qui se trouve au-delà? Voilà la véritable question, et non pas ce qu'il convient de faire à l'égard de l'attachement, de l'entourage, des relations. Ce sentiment profond de solitude, de vide peut-il être transcendé? N'importe quel mouvement accompli dans le dessein de s'éloigner de la solitude ne fait que la renforcer, et ainsi s'installe un besoin de plus en plus grand de s'en débarrasser. Ceci favorise les états d'attachement entraînant leurs

propres problèmes. Les problèmes issus de l'attachement occupent l'esprit au point que l'on en vient à perdre de vue la solitude et on la néglige. C'est ainsi que nous négligeons la cause et nous nous activons autour des effets. Mais la solitude agit tout le temps en sous-main parce qu'il n'y a pas de différence entre la cause et l'effet. N'existe que ce qui est. Cela ne devient une cause que quand cela s'éloigne de soi-même. Il est important de comprendre que ce mouvement pour s'éloigner de soi-même est soi-même, et par conséquent est son propre effet. Il n'y a par conséquent ni cause ni effet du tout. Il n'y a aucun mouvement nulle part, il n'existe que ce qui est. Vous ne voyez pas ce qui est parce que vous vous attachez à l'effet. Existe la solitude, puis existe un mouvement apparent destiné à vous en éloigner, mouvement vers l'attachement ; alors cet attachement et toutes les complications qu'il entraîne prennent une telle importance, une telle prépondérance qu'ils vous empêchent de regarder ce qui est. Tout mouvement pour s'éloigner du fait est peur et nous cherchons à résoudre cette peur par une nouvelle évasion. C'est un mouvement perpétuel, qui apparemment nous éloigne de ce qui est, mais en fait il n'y a pas réellement de mouvement du tout. Donc seul l'esprit qui voit ce qui est, qui ne le fuit pas, qui ne s'en éloigne dans aucune direction est libéré de ce qui est. Puisque cette chaîne de causes et d'effets est l'action de la solitude, il est clair que la seule fin de la solitude est la fin de cette action.
Question : Il va falloir que j'examine tout cela très, très profondément.
Krishnamurti : Mais ceci aussi peut devenir une occupation qui elle-même devient une évasion. Si vous apercevez tout ceci avec une clarté complète, c'est comme le vol d'un aigle qui ne laisse aucune trace dans l'air.

Sixième Conversation

Question : Je suis venu vous trouver dans l'espoir de découvrir pourquoi il existe une division, une séparation entre chacun de nous et tout le reste de l'univers. Même entre soi-même et sa femme et ses enfants, ou qu'on aille on tombe sur cette séparation qui règne non seulement en soi-même mais chez les autres. Les gens parlent beaucoup d'unité, de fraternité, mais je demande s'il sera jamais possible d'être véritablement libéré de cette division, de cette douloureuse séparation. Intellectuellement je peux me jouer la comédie, faire semblant que n'existe aucune séparation réelle ; je peux me fournir des explications, des raisons d'être à ces divisions -celles-ci existent non seulement entre l'homme et son prochain mais entre Us théories, les théologies et les gouvernements -, mais je sais très bien dans le fond de moi-même qu'existent ces divisions insolubles ; ce vaste abîme qui me sépare de mon prochain. J'ai l'impression d'être toujours debout sur une rive et que tout le monde est sur l'autre et que des eaux profondes coulent entre nous. Tel est mon problème - pourquoi existe-t-il, cet abîme de séparation?

Krishnamurti : Vous avez oublié de faire mention de la différence, de la contradiction, de la brèche qui existent entre une pensée et une autre, un sentiment et un autre, la contradiction qui existe entre différentes actions, la division entre la vie et la mort et l'interminable tunnel des opposés. Ces choses étant dites, voici notre question: pourquoi cette division, cette faille entre ce qui est et ce qui a été ou ce qui devrait être? Nous nous demandons pourquoi l'homme a vécu dans cet état dualiste, pourquoi il a compartimenté la vie en fragments différents. Cherchons-nous à en déterminer la cause, ou bien nous efforçons-nous d'aller au-delà de la cause et de l'effet? Est-ce pour nous un processus analytique ou bien la perception, la compréhension d'un état de l'esprit où la division n'existe plus? Pour comprendre un tel état nous devons nous tourner vers les origines de la pensée au moment où elle surgit et aussi de ce qui précède sa naissance. La pensée surgit du passé. Le passé est pensée. Quand nous parlons de prendre conscience de la pensée au moment de sa naissance, nous voulons dire qu'il nous faut prendre conscience de la signification réelle de la pensée, et non pas simplement nous rendre compte qu'il y a une pensée qui se poursuit. C'est le sens profond de la pensée qui est le passé. Aucune pensée n'existe sans sa raison d'être. Une pensée est comme un fil dans un tissu. La plupart d'entre nous sommes aveugles à l'existence du tissu qui est l'esprit dans son ensemble, et nous cherchons à dominer, à mouler ou à comprendre la raison d'être d'un seul fil, une pensée. Mais le tissu tout entier, quelle est sa raison d'être, sur quoi repose-t-il? Repose-t-il sur une chose substantielle? Et dans ce cas quelle serait cette substance? Repose-t-il sur une pensée plus profonde ou sur rien du tout? Et quelle est la substance même de ce tissu?

Question : Vous posez trop de questions! Tout ceci est absolument nouveau pour moi, il faut donc que j'avance lentement.

Krishnamurti : La pensée est-elle la cause de toute division, de tout morcellement de la vie? De quoi est-elle faite? Quelle est la substance de ses fils qui sont tissés et qui composent ce tissu si compliqué que nous appelons l'esprit humain? La pensée est matière, elle est probablement mesurable. Elle prend naissance dans les souvenirs accumulés, qui sont matière, emmagasinés dans le cerveau. La pensée a son origine dans le passé, proche ou lointain. Peut-on prendre conscience d'une pensée au moment où elle surgit du passé - le souvenir du passé, l'action du passé? Et peut-on connaître quoi que ce soit au-delà du passé, derrière le mur du passé? Il ne s'agit pas d'aller plus en arrière dans le temps, il s'agit d'un espace qui n'a été contaminé ni par le temps ni par la mémoire. Faute de découvrir cet espace, l'esprit est incapable de se voir en fonction d'autre chose que de la pensée, qui est temps. Vous ne pouvez pas observer la pensée par le moyen de la pensée, et vous ne pouvez pas observer le temps au moyen de temps. Donc, quoi que fasse la pensée, quoi qu'elle nie, elle agit toujours à l'intérieur de ses

propres frontières, celles du mesurable.
Pour répondre à toutes les questions que nous venons de poser, il nous faut en examiner encore une: qu'est-ce que le penseur? Le penseur est-il distinct de la pensée? L'expérimentateur est-il distinct de la chose expérimentée? L'observateur, de la chose observée? Si l'observateur est distinct de la chose observée il y aura toujours division, séparation, et par conséquent conflit. Pour aller au-delà de cette fissure il nous faut comprendre ce qu'est l'observateur. Très évidemment c'est lui qui crée cette division. Vous qui observez êtes cause de cette division, qu'il s'agisse de celle qui vous isole de votre femme ou de cet arbre ou de n'importe quoi d'autre. Et maintenant qu'est-ce que cet observateur, ce penseur, cet expérimentateur? L'observateur, c'est l'entité vivante qui est sans cesse en mouvement, en activité, qui est conscient des objets, des événements, conscient de sa propre existence. Existence dont il a conscience et qui est le rapport l'unissant aux objets, aux gens, aux idées. Cet observateur est lui-même tout le mécanisme de la pensée, il est aussi observation, et encore le système nerveux et la perception sensorielle. L'observateur, c'est son propre nom, son conditionnement et le rapport qui existe entre la vie et ce conditionnement. Tout ceci, c'est l'observateur. Il est encore sa propre idée de lui-même, une image issue de son conditionnement du passé, de la tradition. Il pense et agit. Son action est toujours conforme à l'image qu'il se fait de lui-même et à celle qu'il se fait du monde. Cette action de l'observateur dans ses rapports avec l'extérieur engendre la division. Cette action, c'est la seule chose que nous connaissions. Elle n'est pas distincte de l'observateur, elle est l'observateur lui-même. C'est l'observateur qui parle du monde et de lui-même dans leurs rapports réciproques, sans voir que les rapports sont leur propre action et par conséquent sont lui-même. Donc la cause de toute division, c'est l'action de l'observateur. L'observateur lui-même est l'action qui divise la vie en choses observées et lui-même distinct de la chose observée. Telle est la cause fondamentale de toute division et par conséquent de tout conflit.
La division qui règne dans nos vies est la structure même de la pensée qui est l'action de l'observateur, lequel se voit comme étant distinct. De plus, il se voit comme étant le penseur, quelque chose différent de sa pensée. Mais il ne peut y avoir de pensée sans penseur, de penseur sans pensée. Ce sont deux choses qui en réalité n'en font qu'une. Il est aussi l'expérimentateur et, là encore, se voit comme étant séparé de la chose dont il fait l'expérience. Cependant l'observateur, le penseur, l'expérimentateur ne sont pas différents de la chose observée, de la pensée, de la chose expérimentée. Ceci n'est pas une conclusion verbale. Si c'est une conclusion, ce n'est qu'une nouvelle pensée qui renforce encore la division entre elle-même et l'action qui sensément lui fait suite. Quand l'esprit voit la réalité de tout ceci, la division ne peut plus exister. C'est là le point crucial de tout ce que nous disons. Tout conflit n'est pas autre chose que cette lutte entre l'observateur et la chose observée. C'est là la chose principale à comprendre. Maintenant seulement nous pouvons répondre à nos questions. Maintenant seulement nous pouvons aller au-delà du mur, du temps, de la mémoire qui sont pensée, parce que maintenant seulement la pensée a pris fin. Maintenant seulement la pensée peut ne pas engendrer la division. La pensée qui est capable de fonctionner en vue de communiquer, d'agir, de travailler est d'un autre type et n'engendre aucune division dans les rapports humains. La vie juste consiste à vivre sans l'action séparatrice due à l'existence de l'observateur.
Question : Quelle est cette chose dur laquelle repose le tissu de la pensée et où est-elle?
Krishnamurti : C'est ce qui n'est pas une activité de l'observateur. Le réaliser, c'est connaître un grand amour. Cette réalisation n'est possible que quand vous comprenez comment l'observateur lui-même ne fait qu'un avec la chose observée, et ceci est la méditation.

Septième Conversation

Question : Je me trouve dans un état de conflit en bien des choses, non seulement extérieures mais encore intérieures. Je suis capable de venir à bout des conflits extérieurs mais je voudrais savoir comment mettre fin aux conflits, à la lutte qui se poursuit en moi à peu près tout le temps. Je voudrais en finir, je voudrais d'une façon ou d'une autre être affranchi de toute cette lutte. Que puis-je faire? Il me semble parfois que le conflit est une chose inévitable. Je le vois dans la lutte pour la vie, les forts vivant par l'exploitation des faibles, l'intelligence puissante exerçant sa domination sur celles qui le sont moins, une croyance supprimant, supplantant une autre, une nation en conquérant une autre et ainsi de suite, sans fin. Tout ceci je le vois, je l'accepte, mais cela ne me paraît pas être juste ; cela semble ne comporter aucune qualité d'amour, et j'ai le sentiment que si je pouvais mettre fin à cette lutte intérieure, il en pourrait surgir un état d'amour. Mais je suis si incertain, je me sens si perdu en tout cela. Tous les grands instructeurs ont affirmé qu il faut lutter, que la façon de trouver la Vérité ou Dieu, c'est d'exercer une discipline, de se maîtriser, de se sacrifier. Sous une forme ou sous une autre cette lutte est sanctifiée. Et maintenant vous venez de dire que le conflit est la racine même du désordre. Comment puis-je connaître la véritable nature du conflit?

Krishnamurti : Tout conflit quel qu'il soit déforme l'esprit. Ceci est un fait, ce n'est pas un jugement ni une opinion admise à l'étourdie. Un conflit entre deux personnes empêche qu'elles ne se comprennent. Le conflit fait obstacle à la perception. La compréhension de ce qui est, c'est la seule chose importante, et non pas l'affirmation de ce qui devrait être. Cette division entre ce qui est et ce qui devrait être est à l'origine du conflit. Et l'intervalle entre l'idée et l'action en est aussi la cause. Le fait et l'image sont deux choses différentes. En poursuivant l'image on aboutit à toutes sortes de conflits, d'illusions, d'hypocrisies, tandis que la compréhension de ce qui est, la seule chose que nous possédions réellement, conduit à un état d'esprit entièrement différent. Des poussées contradictoires sont à l'origine des conflits. Une volonté dressée contre tout autre forme de désir est conflit. Le souvenir de ce qui a été, s'opposant à ce qui est, est conflit, et tout ceci est de la nature du temps. Devenir, aboutir sont conflit ; et toutes ces choses sont du temps. L'imitation, le conformisme, l'obéissance, les serments, les regrets, les suppressions, toutes ces choses entraînent plus ou moins de conflits. La structure même du cerveau qui exige un état de sécurité, d'assurance, qui est sans cesse consciente du danger, c'est la source même du conflit. La sécurité ou la permanence sont des choses qui n'existent absolument pas. Ainsi notre être tout entier, nos paroles, nos activités, nos pensées, notre façon de vivre, tout cela engendre la lutte, les contestations. Et maintenant vous me demandez comment mettre fin à tout ceci. Le saint, le moine, le sannyasi cherchent à s'évader du conflit, et pourtant ils y sont encore. Comme nous le savons, toutes nos paroles sont faites de conflits - conflits entre l'image et la réalité. Il n'y a pas de rapports réels entre deux personnes, et même pas entre les deux images qu'elles ont l'une de l'autre. Chacun vit emmuré dans son isolement, et les rapports qui existent entre les hommes consistent à s'apercevoir par-dessus les murailles. Ainsi, où que l'on puisse regarder, superficiellement ou bien au contraire très profondément, il existe toujours ce tourment de lutte et de souffrance. Tout le champ de l'esprit - ses aspirations, son désir de changement, son acceptation de ce qui est, et son désir d'aller au-delà -, tout ceci en soi-même est conflit. Ainsi l'esprit lui-même est conflit, la pensée est conflit et si celle-ci se dit: « Je ne veux plus penser », cette affirmation elle-même est encore un conflit. Toute activité de l'esprit et des sentiments qui font partie de l'esprit est conflit. Quand vous demandez comment y mettre fin, en réalité vous demandez comment cesser de penser, comment votre esprit peut se droguer afin d'être en paix.

Question : Mais je n'ai aucun désir d'un esprit drogué et stupide. Je voudrais qu'il soit actif au plus haut point, énergique et passionné. Faut-il par force que je sois ou bien drogué ou bien dans un état de lutte?

Krishnamurti : Vous voudriez voir votre esprit être actif, énergique et passionné, et cependant vous voulez mettre fin au conflit?
Question : Oui, très précisément cela. Parce que quand il y a conflit l'esprit n'est ni actif ni passionné. Quand il y a conflit il semblerait que l'esprit est blessé par sa propre activité et qu'il perd toute sensitivité.
Krishnamurti : Il paraît donc clair que le conflit détruit la passion, l'énergie et la sensitivité.
Question : Vous n'avez pas à me convaincre de ces choses, je les sais, mais je n'en suis pas plus avancé pour cela.
Krishnamurti : Qu'entendez-vous par savoir?
Question : Je veux dire que la vérité de ce que vous dites m'est apparente. Mais je n en suis pas plus avancé pour cela.
Krishnamurti : En voyez-vous la vérité ou n'en voyez-vous que la structure verbale - ce que vous voyez, est-ce le fait véritable ou l'explication? Nous devons être très clairs sur ce sujet parce que l'explication n'est pas le fait, la description n'est pas la chose décrite ; et quand vous dites: « Je sais », il est très possible que vous ne perceviez que la description.
Question : Non.
Krishnamurti : S'il vous plaît, ne soyez pas si impatient, n'allez pas si vite. Si la description n'est pas la chose décrite alors il ne demeure que la chose décrite. La chose décrite, c'est le fait, ce fait: que la passion, la sensitivité et l'énergie se perdent là où il y a conflit. Et le conflit, c'est toute la pensée, tout le sentiment qui sont l'esprit même. L'esprit est fait de préférences et d'aversions, de jugements, de préjugés, de condamnations, de justifications et ainsi de suite. Une de ses activités les plus importantes est la description et il se laisse prendre au piège qu'elle lui tend. L'esprit aperçoit sa propre description, s'y laisse prendre et se figure voir le fait alors qu'en réalité il est pris par son propre mouvement. Donc où en sommes-nous maintenant quand il ne reste que ce qui est, et non pas la description?
Question : Vous disiez qu il y a conflit et que celui-ci comprend toutes les activités de l'esprit, et ce conflit détruit toute sensiitivité, toute énergie et toute passion dans l'esprit lui-même. Par conséquent l'esprit s'émousse par le conflit, par des activités qui vont à rencontre de lui-même.
Krishnamurti : Donc votre question est devenue celle-ci: comment l'esprit peut-il cesser de s'activer contre lui-même?
Question : Oui.
Krishnamurti : Cette question ne serait-elle pas par hasard une nouvelle condamnation, une nouvelle justification, une nouvelle évasion, une de ces activités qui interviennent dans l'esprit et le pousse à se détruire? Dans ce cas elle engendre le conflit. Cette question consiste-t-elle à s'efforcer de se débarrasser du conflit? Si oui c'est encore un conflit et vous restez éternellement dans ce cercle vicieux. Donc la question juste n'est pas de se demander comment mettre fin au conflit, mais voir la réalité de ce fait que, là où sont la passion et la sensitivité, le conflit n'est plus. Voyez-vous ceci?
Question : Oui.
Krishnamurti : Dès lors vous n'êtes plus préoccupé de mettre fin au conflit ; il dépérira de lui-même. Mais jamais il ne dépérira tant qu'il se laissera nourrir par la pensée. Ce qui est important, c'est la passion, la sensitivité, et non la terminaison du conflit.
Question : Oui, je vois tout cela, mais cela ne veut pas dire que je la possède, cette passion ; cela ne veut pas dire que j'ai mis fin au conflit.
Krishnamurti : Si véritablement vous voyez tout ceci, l'acte même de voir est passion, sensitivité, énergie. Dans cette vision il n'y a pas de conflit.

Huitième Conversation

Question : J'ai quitté le monde, le monde de l'écrivain professionnel dont je faisais partie, dans le désir de mener une vie spirituelle. J'ai renoncé à tous mes appétits et à mes ambitions d'être célèbre, bien que j'eusse le talent nécessaire, et je suis venu vers vous en espérant trouver, réaliser le principe suprême. J'ai vécu sous ce grand arbre, ce banyan, pendant cinq années maintenant et tout d'un coup je me sens morne, vidé, intérieurement seul et assez malheureux. Je m'éveille le matin pour m'apercevoir que je n'ai rien réalisé du tout, et que j'étais peut-être plus heureux il y a deux ans quand je nourrissais encore une forte ferveur religieuse. Maintenant il ne me reste aucune ferveur ; ayant fait le sacrifice des choses de ce monde dans le dessein de trouver Dieu, je me trouve privé et de l'un et de l'autre. Je SUIS comme un fruit vidé. Qui blâmer - les enseignements, vous, votre entourage? Ou bien serait-ce que je ne suis pas doué pour tout ceci, que je n'ai pas trouvé la fissure dans le mur qui me permettra d'apercevoir le ciel? Ou bien toute ma recherche du commencement à la fin ne serait-elle qu'un mirage? Aurais-je mieux fait de n'avoir jamais pensé à la religion et d'en être resté aux aboutissements tangibles et quotidiens de ma vie d'autrefois? Ou me suis-je trompé, et quoi faire maintenant? Dois-je tout lâcher? Et si oui, pourquoi?
Krishnamurti : Avez-vous le sentiment que de vivre sous ce banyan, ou sous n'importe quel autre arbre, est en train de vous détruire, de vous empêcher de voir, de comprendre? Vous laissez-vous détruire par cet environnement? Et si vous quittiez ce monde pour retourner à vos occupations d'avant - le monde des hommes de lettres, des choses courantes et quotidiennes de la vie - ne seriez-vous pas détruit, émoussé, vidé dans cet environnement-là et par les objets de cette vie-là? Ce processus de destruction, vous pouvez l'observer partout, chez des gens qui sont à la poursuite du succès, quels que soient leurs occupations et leurs mobiles ; vous le voyez détruisant le docteur, le politicien, le savant et l'artiste, mais existe-t-il un homme qui échappe à cette destruction?
Question : Oui Je vois bien que tous sont vidés de leur substance. Ils ont peut-être atteint la célébrité et la richesse, mais s'ils se regardent objectivement ils sont forces de reconnaître qu'ils ne sont en fait qu une façade prétentieuse d'actions, de paroles, de formules, de concepts, d'attitudes, de lieux communs, d'espoirs et de peurs. Sous tout cela il n'y a que confusion, vide, vieillesse et l'amertume de l'échec.
Krishnamurti : Et voyez-vous aussi que les gens religieux qui ont censément renoncé au monde s'y trouvent encore en réalité, parce que leur conduite est orientée par les mêmes ambitions, la même soif de s'accomplir, de devenir, de réaliser, d'atteindre, de saisir et de conserver? Les objets de cette pulsion sont dits spirituels et paraissent se distinguer des buts poursuivis par ceux qui sont attirés par le monde, mais ils ne s'en distinguent pas du tout parce que le sens, la pulsion se fait exactement selon le même mouvement. Ces gens religieux eux aussi sont pris au piège des formules, des idéaux, de leur imagination, de leurs expériences, de certitudes vagues qui ne sont que des croyances - et eux aussi sont superficiels, eux aussi vieillissent et s'enlaidissent. Donc le monde A qu'ils ont quitté est exactement le même que le monde B, le monde prétendument spirituel. A est B, et B est A. Dans ce monde prétendument spirituel vous vous laissez détruire exactement comme c'est le cas dans le monde de tous les jours. Eh bien, croyez-vous que cette destruction, que cette mort sont le fait de votre environnement ou de vous-même? Est-ce quelque chose qui vous est fait ou quelque chose que vous vous faites à vous-même?
Question : J'ai pensé jusqu'ici que cette mort, cette destruction était due à mon entourage, mais maintenant que vous m'avez indiqué comment elle se produit dans tous les entourages, partout, et persiste même quand on change d'environnement, de A à B ou que l'on revienne de B à A, je commence à percevoir que cette destruction ne naît sûrement pas de l'environnement. Cette mort est de l'autodestruction. C'est quelque

chose que je m'inflige à mol-même. C'est moi qui en suis l'auteur, qui en suis responsable, et cela n'est du en rien aux gens ni à mon milieu.
Krishnamurti : C'est là la chose la plus importante à réaliser. Cette destruction vient de vous-même et de nul autre, ni de votre entourage, ni des gens, ni des événements ni des circonstances. Vous êtes responsable de votre propre destruction, de votre propre souffrance, de votre propre solitude, de vos humeurs, de votre superficialité et de votre vide. Quand vous vous en rendez compte, ou bien vous tombez dans l'amertume ou l'insensibilité, vous disant à vous-même que tout va bien, ou bien encore vous tombez dans la névrose, oscillant sans cesse entre A et B, vous figurant qu'il existe une différence entre eux, ou bien encore vous vous mettez à boire ou à vous droguer comme le font tant de gens.
Question : Tout cela, maintenant, je le comprends.
Krishnamurti : Si c'est le cas vous allez renoncer à tout espoir de trouver une solution simplement en modifiant votre entourage extérieur, en allant de B à A, car vous comprendrez que A et B sont une seule et même chose ; dans les deux cas il y a ce désir de réussir, d'atteindre, d'obtenir un plaisir ultime, qu'on lui donne le nom d'illumination, de Dieu, de vérité, d'amour, ou tout simplement un compte en banque fourni ou tout autre forme de sécurité.
Question : Tout ceci je le vois, mais que faire? Je suis encore en train de mourir, de me détruire, je me sens encore vide, desséché, inutile. J'ai perdu tout ce que j'avais et je n'ai rien gagné en échange.
Krishnamurti : Alors vous n'avez pas compris. En disant cela, en le sentant, vous parcourez encore la même route dont nous parlions -cette route d'accomplissement de soi, dans le monde A ou le monde B. Cette route est faite d'autodestruction, elle est le chemin même de la mort. Avoir le sentiment que vous avez tout perdu et rien gagné en échange, c'est le fait même de parcourir cette route, cette route est la destruction ; elle est sa propre destination, qui est suicide, frustration, solitude, immaturité. La question est donc maintenant: avez-vous véritablement tourné le dos à cette route?
Question : Comment savoir si je lui ai tourné le dos ou non?
Krishnamurti : Vous ne savez pas. Mais si vous voyez ce qu'elle est véritablement, cette route, non seulement à sa terminaison mais dès son commencement, terminaison et commencement qui sont une seule et même chose, alors il vous est impossible de la suivre. Il se peut que tout en voyant le danger qu'elle comporte vous vous y égariez passagèrement dans un moment d'inattention et que vous preniez conscience subitement de vous y trouver - mais voir la route et la désolation qui l'entoure, c'est lui tourner le dos, et c'est la seule et unique action véritable. Ne dites pas: « Je ne comprends pas, il va falloir que je réfléchisse, il faut que je me mette au travail, que je m'exerce à la lucidité, que je découvre ce que c'est que d'être attentif, il me faut méditer, il me faut approfondir tout ceci », mais voyez que chaque mouvement en vue de réussite ou d'accomplissement ou de dépassement ou de dépendance dans la vie, c'est cette route même. Voir cette route, c'est l'abandonner. Quand vous voyez un danger vous ne faites pas beaucoup d'histoires pour vous décider et savoir que faire. Si devant un danger immédiat et pressant vous dites: « Il faut méditer là-dessus, en prendre conscience, l'approfondir, le comprendre », vous êtes perdu, il est trop tard. Donc ce que vous avez à faire est simplement de voir cette route, ce qu'elle est, où elle conduit, quelle impression elle vous fait - et déjà vous allez prendre une autre direction.
C'est là ce que nous entendons quand nous parlons de prise de conscience, de lucidité. Nous entendons que l'on prenne conscience de la route, que l'on voie avec lucidité sa signification profonde, les milliers de mouvements différents de la vie qui tous font partie de cette route. Si vous faites des efforts pour voir où vous diriger sur l'« autre route », vous êtes tout de même encore sur la même vieille route.
Question : Mais comment être sur de voir ce qu'il convient de faire?
Krishnamurti : Vous ne pouvez pas voir ce qu'il y a lieu de faire, vous pouvez seulement

voir ce qu'il n'y a pas lieu de faire. La négation totale de cette voie, c'est un nouveau commencement, une autre voie. Cette autre voie n'existe sur aucune carte, elle ne peut jamais être tracée sur aucune carte. Toute carte existante est une carte de la voie mauvaise, de la voie ancienne.

Onze Méditations

Première Méditation

Dans cet espace que crée la pensée autour d'elle-même il ne règne aucun amour. Il établit une division entre l'homme et son prochain, et c'est en lui qu'existent tout le devenir, la lutte pour la vie, le tourment et la peur. Méditer, c'est mettre fin à cet espace, mettre fin au moi. Tous les rapports prennent alors une signification entièrement différente, car dans l'espace que la pensée n'a pas créé, « l'Autre » n'existe pas parce que « tu » n'existes pas. La méditation n'est donc pas la poursuite d'une vision, si sanctifiée qu'elle puisse être par la tradition. Elle est plutôt cet espace infini impénétrable à la pensée. Pour chacun de nous le petit espace engendré par la pensée et où elle baigne, le moi, est de la plus extrême importance, parce que c'est la totalité de ce que l'esprit connaît, il s'identifie avec chaque objet qui se trouve dans cet espace. Mais par la méditation, quand ceci est bien compris, l'esprit pénètre dans la dimension d'un espace dont l'action est inaction. Nous ne savons pas ce que c'est que l'amour, parce que dans l'espace qu'engendre la pensée, où elle baigne et qui est le moi, l'amour n'est que le conflit du moi et du non-moi. Ce conflit, ce tourment n'est pas l'amour. La pensée est la négation même de l'amour et elle ne peut pénétrer dans cet espace où le moi n'existe pas. Là est la bénédiction que l'homme recherche et qu'il ne peut trouver. Il la recherche dans les limites de la pensée, et celle-ci détruit l'extase de cette bénédiction.

Deuxième Méditation

La perception sans paroles, autrement dit sans pensée, est un phénomène des plus étranges. Cette perception est beaucoup plus acérée, non seulement dans le cerveau, mais dans tous nos sens. Elle n'est pas une particularité fragmentaire du mental ni une manifestation des émotions. On peut lui donner le nom de perception totale ; elle fait partie de la méditation. Percevoir sans qu'existe le percevant dans la méditation, c'est communier avec toute la hauteur et la profondeur de l'immensité. Cette perception est entièrement différente de la vision d'un objet sans qu'existe l'observateur, parce que dans la perception de la méditation il n'y a aucun objet et par conséquent aucune expérience. La méditation cependant peut exister alors que les yeux sont ouverts et que l'on est entouré d'objets de toute sorte. Mais ces objets sont sans importance aucune. On les voit mais il n'y a aucun processus de reconnaissance, autrement dit il n'y a aucune expérimentation.

Quel est alors le sens profond d'une telle méditation? Il n'y a pas de sens profond ; il n'y a pas d'utilité. Mais dans cette méditation il y a le mouvement de la plus grande extase, laquelle est sans aucun rapport avec le plaisir. C'est cette extase qui donne aux yeux, au cerveau et au cœur une qualité d'innocence. Faute de voir la vie d'une façon entièrement nouvelle, celle-ci devient une routine, une épreuve dépourvue de toute signification. Ainsi la méditation est une chose de la plus grande importance. Elle ouvre la porte à ce que l'on ne peut ni mesurer, ni calculer.

Troisième Méditation

Si vous tournez la tête d'un horizon à l'autre vos yeux aperçoivent un vaste espace où apparaissent tous les objets de la terre et du ciel. Mais cet espace est toujours limité là où la terre se rencontre avec le ciel. L'espace du mental est si petit. Il semble que toutes nos activités se passent dans cet espace restreint: la vie quotidienne et les luttes cachées entre les désirs et les mobiles contradictoires. C'est dans ce petit espace que l'esprit recherche la liberté, il est ainsi toujours prisonnier de lui-même. Méditer, c'est mettre fin à ce petit espace. Pour nous, toute activité consiste à y mettre de l'ordre. Mais il existe une autre activité qui n'y met aucun ordre. La méditation, c'est l'action qui surgit quand l'esprit a perdu ce petit espace. Le vaste espace que le je, le mental ne peuvent atteindre est le silence. Jamais l'esprit ne peut être silencieux en lui-même ; il n'est silencieux que dans ce vaste espace que la pensée ne peut pas atteindre. Dans ce silence surgit une action qui n'est pas celle de la pensée. La méditation est ce silence.

Quatrième Méditation

La méditation est une chose des plus extraordinaires, et si vous ne la connaissez pas vous êtes comme un aveugle qui se meut dans un monde de couleurs éclatantes, d'ombres et de lumières mouvantes. Ce n'est pas une affaire intellectuelle, mais quand le cœur pénètre dans l'esprit, celui-ci prend une qualité entièrement différente: il est alors véritablement sans limite, non seulement dans sa faculté de penser ou d'agir avec efficacité, mais encore dans le sentiment qu'il a de vivre dans un vaste espace où l'on fait partie du tout. La méditation est le mouvement de l'amour. Il ne s'agit pas de l'amour d'un être unique ou d'êtres nombreux. Elle est comme l'eau que tous peuvent boire, se servant de n'importe quel vase, d'or ou d'argile ; elle est inépuisable. Il se passe une chose étrange qu'aucune hypnose, qu'aucune drogue ne peuvent donner, c'est comme si l'esprit pénétrait en lui-même en commençant par la surface, allant de plus en plus profond, jusqu'à l'instant où la profondeur et la hauteur ont cessé d'avoir un sens, où toute espèce de mensuration perd sa signification. Dans cet état règne une paix complète, non pas un contentement issu d'un état de satisfaction - mais une paix pleine d'ordre, de beauté et d'intensité. Tout cela peut être détruit comme on peut détruire une fleur, et malgré cela, à cause de sa vulnérabilité même, c'est indestructible. Cette méditation n'est pas chose que l'on puisse apprendre d'un autre. Il faut vous mettre en route sans en rien connaître, et vous mouvoir d'innocence en innocence.

Le terroir où l'esprit de méditation peut prendre naissance, c'est le terrain même de la vie quotidienne, la lutte, la souffrance, la joie passagère. C'est là qu'elle a son origine, et de là qu'elle doit établir l'ordre, et se mouvoir éternellement. Mais si vous êtes préoccupé principalement de l'instauration de l'ordre, cet ordre sera cause de sa propre limite, et l'esprit en sera prisonnier. Dans tout ce mouvement il vous faut en quelque sorte commencer à l'autre bout, à partir de l'autre rive, sans vous préoccuper de cette rive-ci ni de la façon de s'y prendre pour franchir le fleuve. Il vous faut plonger dans l'eau sans savoir nager. Et la beauté de la méditation, c'est que jamais vous ne savez ni où vous êtes, ni où vous allez, ni quelle en sera la fin.

Cinquième Méditation

Existe-t-il une expérience nouvelle dans la méditation? Le désir d'une expérience, d'une expérience de nature plus haute qui soit au-delà du quotidien ou du commun, c'est là ce qui assèche la source. Cette soif d'expériences, de visions, de perceptions plus sublimes, de réalisations diverses pousse l'esprit à regarder vers le dehors et ne se distingue en rien de sa dépendance vis-à-vis de son entourage ou de ses relations. Un aspect curieux de la méditation, c'est qu'aucun événement n'est transformé en expérience. Il est là, comme une nouvelle étoile dans le ciel, sans que la mémoire s'en empare ni le saisisse, sans qu'il ne passe par le processus habituel de la reconnaissance et de la réaction en fonction de préférences et d'aversions. Notre recherche est toujours vers l'extérieur, l'esprit qui est à la recherche d'une expérience s'oriente vers l'extérieur. L'orientation vers l'intérieur n'est pas une recherche ; c'est pure perception. Une réaction est toujours répétitive, on la tire de la même banque que la mémoire.

Sixième Méditation

Après les pluies les collines étaient splendides. Elles étaient encore brunies par le soleil de l'été, mais maintenant toutes les pousses vertes allaient surgir. La pluie avait été lourde et la beauté de ces collines était indescriptible. Le ciel était encore couvert de nuages et dans l'air flottait l'odeur du sumac, de la sauge et de l'eucalyptus. C'était chose merveilleuse que d'être plongé dans cette nature, et l'on était possédé par un étrange silence. À la différence de la mer mouvante très en contrebas, ces collines étaient d'une immobilité totale. Et tandis que l'on regardait, que l'on observait, on avait tout laissé derrière soi, bien plus bas dans la petite maison - les vêtements, les pensées, les habitudes étranges de la vie. Ici on voyageait sans bagage, sans pensée, sans fardeau, avec un sentiment de vide et de beauté complète. Les petits arbustes verts bientôt seraient plus verts encore, et dans quelques semaines ils répandraient un parfum plus intense. Les perdrix faisaient retentir leurs appels et quelques-unes d'entre elles volèrent au-dessus de nos têtes. Sans le savoir, l'esprit était dans un état de méditation où s'épanouissait l'amour. Après tout, ce n'est que dans le sol de la méditation que cette fleur peut s'épanouir. Véritablement c'était une chose merveilleuse, et d'une façon étrange elle persista pendant toute la nuit, et au moment de l'éveil, le matin, longtemps avant le lever du soleil, elle était encore là dans le cœur, avec son incroyable félicité, et sans aucune raison. Elle était là, sans cause, elle était enivrante. Elle serait là pendant toute la journée sans que jamais on ait à l'inviter, à lui demander de demeurer.

Septième Méditation

Il avait plu lourdement pendant toute la journée et toute la nuit, et le ruisseau boueux faisait des rigoles qui se déversaient dans la mer, lui donnant une couleur chocolat. On arpentait la plage, et les vagues immenses se brisaient avec force en dessinant des courbes magnifiques. On marchait à la rencontre du vent, et l'on sentait subitement qu'il n'existait rien entre le ciel et soi-même, et cette ouverture totale était une sorte de paradis. Être si vulnérable, si complètement ouvert - aux collines, à la mer, à l'homme -, c'est là le sens même de la méditation. Être sans résistance, sans barrière, intérieurement ouvert à tout, véritablement libre, totalement, de toutes les pulsions, de toutes les contraintes, de toutes les exigences mineures de la vie, avec les petits conflits et les hypocrisies qui en résultent, c'est avancer dans la vie les bras grands ouverts. Et ce soir-là tandis que nous marchions dans le sable mouillé, entourés de mouettes, on sentait cette extraordinaire ouverture de liberté et cette grande beauté de l'amour, qui n'était ni en soi ni hors de soi - mais qui était partout. Nous ne nous rendons pas compte combien il est important d'être libéré des petits plaisirs rongeurs avec les souffrances qui en découlent, permettant ainsi à l'esprit de demeurer seul. Quand l'esprit est entièrement seul, alors seulement il est entièrement ouvert. Ce sentiment se fit jour subitement comme un grand vent qui balayait la terre, qui vous balayait vous-même. Vous étiez là, dénudé de tout, vide - et par conséquent entièrement ouvert. La beauté de tout ceci ne se trouvait ni dans les paroles ni dans les sentiments, elle semblait être partout, en vous, autour de vous, se jouant sur les eaux et sur les collines. Telle est la méditation.

Huitième Méditation

C'était une de ces matinées merveilleuses qui jamais n'ont existé auparavant. Le soleil se levait tout juste et on pouvait l'apercevoir entre les pins et les eucalyptus. Sa lumière se jouait à la surface de l'eau, dorée, vernissée - cette lumière qui n'existe qu'entre les montagnes et l'océan. C'était une matinée si claire, on en avait le souffle suspendu, elle était pleine de cette étrange clarté qu'aperçoit le cœur plutôt que les yeux. Les cieux sont alors très près de la terre et l'on se perd dans sa beauté. Voyez-vous, vous ne devriez jamais méditer en public, ni avec un autre, ni dans un groupe. Vous ne devriez méditer que dans la solitude, dans le silence de la nuit ou de l'aube naissante. Quand vous méditez dans la solitude il faut que ce soit la solitude. Il vous faut être complètement seul, vous ne devez suivre aucun système ni aucune méthode, ni répéter des paroles, suivre une pensée, ni modeler une pensée suivant votre désir. Cette solitude prend naissance quand l'esprit est libéré de la pensée. Tant que s'exercent les influences du désir ou des objets poursuivis par le mental dans l'avenir ou dans le passé, il n'y a pas de solitude. Celle-ci ne prend naissance que dans l'immensité du présent. Et alors, dans cette retraite secrète où toute communication a pris fin, où il n'y a pas l'observateur avec les anxiétés qui lui sont propres, avec ses problèmes et ses appétits stupides - alors seulement dans cette solitude calme, la méditation devient une chose que les paroles ne peuvent exprimer. Elle est alors un mouvement éternel. Je ne sais pas si vous avez jamais médité, si vous avez jamais été seul, loin de tout, loin de toute personne, de toute pensée, de toute recherche. Si jamais vous avez été ainsi complètement seul, non pas isolé, non pas retiré dans un rêve ni dans une vision imaginaire, mais très loin, de sorte qu'il n'y ait rien en vous qui puisse être reconnu, rien que vous puissiez toucher par la pensée ou le sentiment, si loin dans cette totale solitude que le silence même devient la seule fleur, la seule lumière, la seule qualité, celle que la pensée ne peut ni mesurer ni enregistrer. Dans une telle méditation seul existe l'amour. Ne vous préoccupez pas de l'exprimer, il s'exprimera de lui-même. Ne l'utilisez pas. Ne cherchez pas à le mettre en pratique, il agira de lui-même, et quand il agira, dans son action il n'y aura aucun regret, aucune contradiction, rien de la souffrance et du labeur de l'homme.

Neuvième Méditation

La mer était ce matin-là comme un lac ou comme un vaste fleuve, sans une ride, et si calme que l'on pouvait voir les étoiles s'y réfléchir à l'aube naissante. Ce n'était pas encore l'aurore, et ainsi les étoiles et les réflexions de la falaise, les lumières de la ville lointaine se jouaient à la surface de l'eau. Et quand le soleil surgit à l'horizon dans le ciel sans nuages, il traça un chemin d'or, et c'était une chose extraordinaire que de voir cette lumière de la Californie imprégnant la terre et chaque feuille, chaque brin d'herbe. On regardait et un grand silence vous pénétrait, le cerveau lui-même était calme, sans réaction, sans mouvement. Il était étrange de se laisser pénétrer par cette immense sérénité. « Ressentir » ne serait pas le mot juste. La nature de ce silence, de cette immobilité, le cerveau ne la ressent pas ; c'est au-delà du cerveau. Le cerveau peut concevoir, formuler, établir un projet pour l'avenir, mais cette immobilité est au-delà de ses atteintes, au-delà de toute imagination, au-delà de tout désir. L'immobilité est si complète que le corps devient entièrement partie de la terre, partie de tout ce qui est immobile.

Et tandis qu'une légère brise nous parvint venant des collines, agitant quelque peu les feuillages, cette immobilité, ce silence d'une qualité extraordinaire ne s'en trouvèrent pas troublés. La maison était entre les collines et l'océan, le dominant. Et tandis que vous l'observiez dans son immobilité, vous faisiez véritablement partie du tout. Vous-même étiez le tout. Vous étiez la lumière et la beauté de l'amour. La phrase « Vous faisiez partie du tout » est encore une erreur: le mot « vous » n'est pas à sa place parce que en réalité vous n'étiez pas là. Vous n'existiez pas. Il n'y avait que cette immobilité, cette beauté, ce sentiment extraordinaire d'amour. Les mots « vous » et « je » séparent. Mais aucune division n'existe dans cette immobilité et ce silence étrange. Vous regardiez par la fenêtre, et l'espace et le temps semblaient avoir pris fin, l'espace qui divise n'avait plus aucune réalité. La feuille et cet eucalyptus et la mer bleue étincelante n'étaient pas distincts de vous-même.

La méditation est véritablement une chose très simple. Nous la compliquons. Nous tissons tout un réseau d'idées autour d'elle - ce qu'elle est et ce qu'elle n'est pas. Elle n'est rien de tout cela. Elle nous échappe à cause de sa simplicité même, parce que nos esprits sont si compliqués, usés par le temps et nés du temps. Cet esprit, ce mental dicte au cœur ses activités et alors commence le malheur. Mais la méditation vient tout naturellement, avec une facilité extraordinaire quand vous marchez sur le sable ou que vous regardez par la fenêtre pour voir ces collines merveilleuses, brûlées par le soleil de l'été. Pourquoi sommes-nous des êtres humains si torturés, les yeux pleins de larmes et un rire faux sur les lèvres? Si vous pouviez marcher seul dans ces montagnes ou dans ces forêts ou sur ces plages de sable, longues, blanches et brûlées, dans cette solitude, vous connaîtriez la méditation. L'extase de la solitude vient quand vous n'avez pas peur d'être seul, quand vous n'appartenez plus au monde, quand vous n'êtes attaché à rien. Alors, comme l'aurore de cette matinée, elle vient silencieusement, traçant un chemin doré dans cette immobilité même, qui a existé dès le commencement, qui existe maintenant, et qui sera toujours là.

Dixième Méditation

Le plaisir, la satisfaction sont à vendre à un prix donné dans n'importe quel marché. Mais la félicité, vous ne pouvez pas l'acheter, ni pour vous-même ni pour un autre. Par la satisfaction et le plaisir vous êtes lié au temps. La félicité n'existe que dans une liberté totale. Le plaisir tout comme la satisfaction, vous pouvez les rechercher et les trouver de mille façons, mais ils vont et viennent. La félicité - ce sentiment étrange de joie - n'a pas de mobile. Vous ne pouvez absolument pas la rechercher. Quand elle est là, selon la qualité de votre esprit, elle demeure - en dehors du temps, sans cause ; c'est une chose qu'on ne peut mesurer en fonction du temps. La méditation n'est en aucune façon la poursuite du plaisir, la recherche de la satisfaction. Elle est au contraire un état de l'esprit où n'existe aucun concept, aucune formule et par conséquent où règne une liberté totale. Cette félicité ne peut atteindre l'esprit que sans avoir été ni recherchée ni sollicitée. Quand elle est là, même si vous avez à vivre dans ce monde où règne le bruit, le plaisir et la brutalité, aucune de ces choses ne viendra contaminer un tel esprit. Quand elle est là, tout conflit a cessé. Mais la fin du conflit n'est pas nécessairement la liberté totale. La méditation est un mouvement de l'esprit dans le sein de cette liberté. Dans cette explosion de félicité les yeux sont innocents, et l'amour, alors, est une bénédiction.

Onzième Méditation

La méditation n'est pas une simple maîtrise du corps et de la pensée, elle n'est pas non plus un système de respiration (inspiration, expiration). Il faut que le corps soit immobile, sain et dépourvu de toute contraction ; la finesse du sentiment doit être aiguisée et maintenue ; et l'esprit humain avec son éternel bavardage, ses troubles, ses tâtonnements doit prendre fin. Ce n'est pas l'organisme qu'il faut aborder en premier, mais plutôt il faut veiller au mental avec ses oppositions, ses préjugés, son égocentrisme. Quand l'esprit est sain, vivace et vigoureux, alors le sentiment sera intensifié et sera d'une sensitivité extrême. Alors le corps avec sa propre intelligence naturelle, qui n'a pas été gâtée par l'habitude et le goût, fonctionnera comme il le doit.

Il faut donc commencer par le mental et non par le corps, le mental étant la pensée et les différentes expressions de cette pensée. Une pure et simple concentration rétrécit la pensée, la limite, la rend friable. Mais la concentration survient tout naturellement dès l'instant où il y a une prise de conscience des cheminements de la pensée. Cette prise de conscience ne vient pas du penseur, celui qui choisit ou qui rejette, qui maintient ou qui lâche. Cette prise de conscience est sans choix et s'adresse à la fois à ce qui est extérieur et intérieur. C'est une marée qui va de l'un à l'autre, et la division entre l'extérieur et l'intérieur prend fin.

La pensée détruit le sentiment - le sentiment étant amour. La pensée ne peut offrir que le plaisir, et dans la poursuite du plaisir l'amour est écarté. Le plaisir de manger, de boire tire sa continuité de la pensée, et se contenter de dominer ou de supprimer un tel plaisir, qui est né de la pensée, est une besogne vaine et sans portée ; elle ne fait que créer différentes formes de conflits et de contraintes.

La pensée, qui est matérielle, est incapable de rechercher ce qui est au-delà du temps, parce qu'elle est mémoire, et l'expérience de cette mémoire est aussi morte que la feuille de l'automne passé.

Par la prise de conscience de toutes ces choses l'attention va naître, elle n'est pas un produit de l'inattention. C'est l'inattention qui a orienté toutes ces habitudes du corps et qui a dilué l'intensité du sentiment. L'inattention ne peut pas être transformée pour devenir attention. La prise de conscience d'un état d'inattention est elle-même attention.

La vision de tout ce processus compliqué est la méditation, grâce à laquelle l'ordre se substitue à la confusion. Cet ordre est aussi rigoureux que celui des mathématiques, et de cet ordre surgit l'action - la mise en action immédiate. L'ordre n'est pas fait de projets, d'arrangements, de proportions: toutes ces choses viennent beaucoup plus tard. L'ordre naît d'un esprit qui n'est pas encombré par les objets de la pensée. Quand la pensée est silencieuse il y a ce vide, qui est ordre.